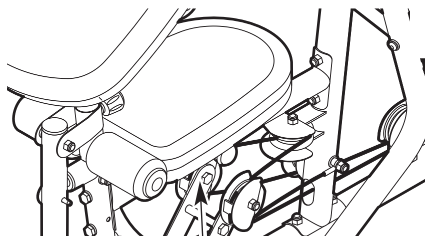
WEIDER® PRO 5500

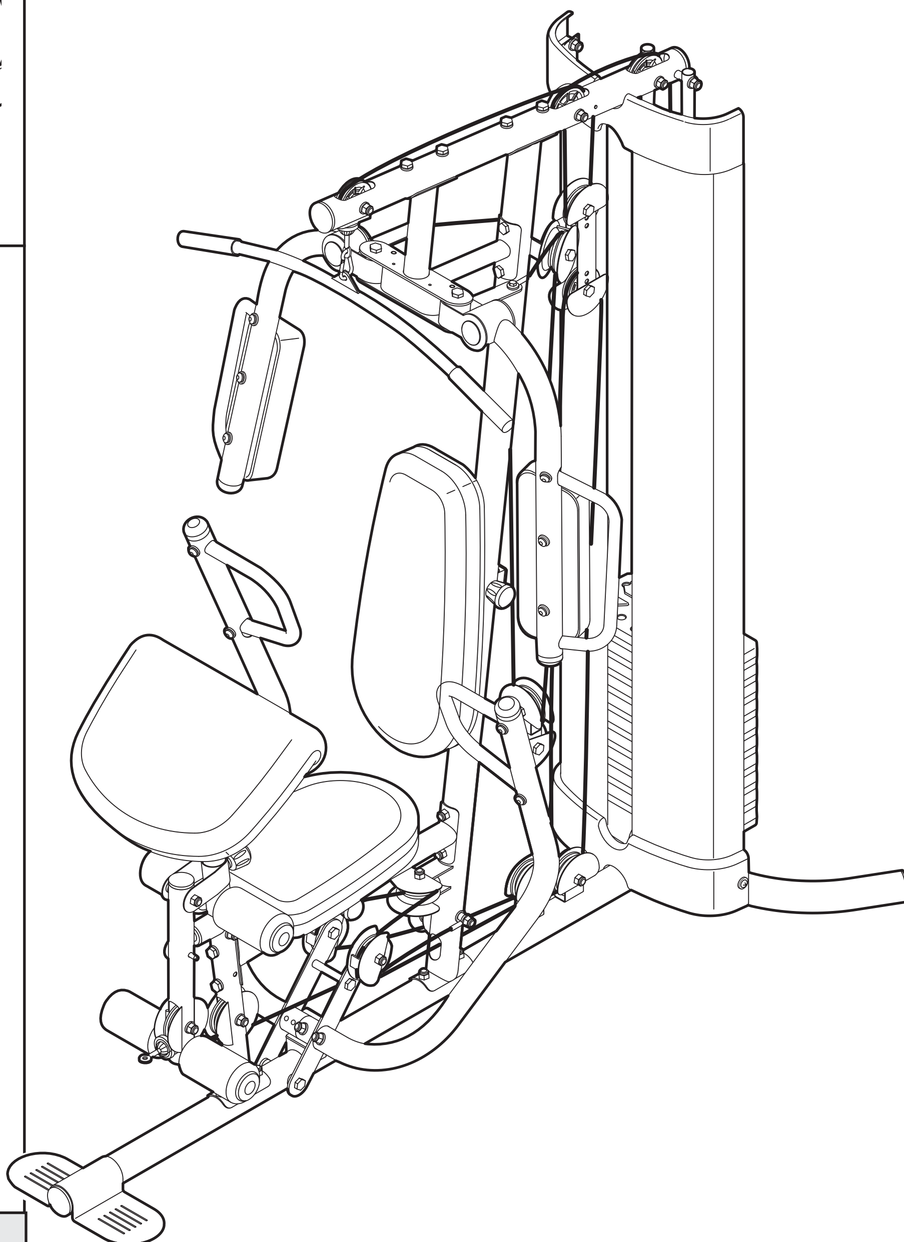
Modelnr. WEEVSY2996.0
Serienr. ____________________

Schrijf het serienummer in de lijn hierboven voor toekomstige referentie.



Serienummer Sticker (onder zitting)

GEBRUIKERSHANDLEIDING



VRAGEN?

Als fabrikant zijn wij gesteld op uw volledige tevredenheid. Mocht u nog vragen hebben, mochten sommige onderdelen ontbreken of beschadigd zijn neem dan contact op met de winkel waar u dit product hebt gekocht.

⚠ WAARSCHUWING

Lees alle voorzorgsmaatregelen en instructies in deze handleiding zorgvuldig voor gebruik. Bewaar deze handleiding voor toekomstige referentie.



Bezoek onze website

www.iconeurope.com

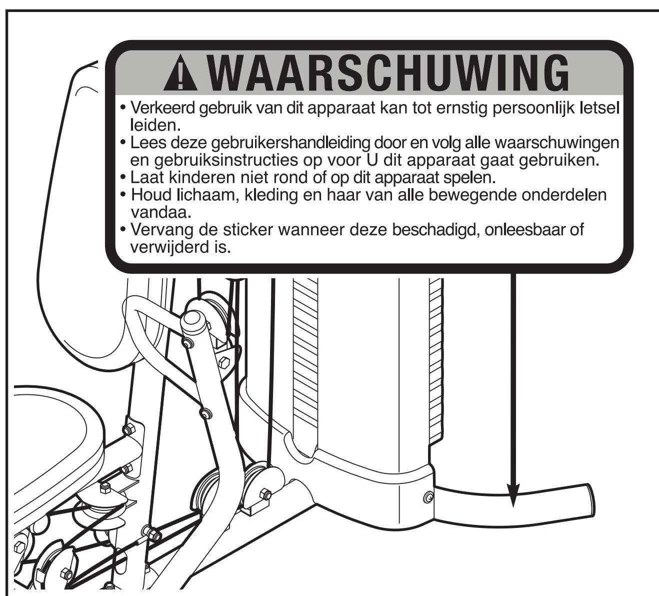
WEIDER® PRO 5500

INHOUD

DE STICKER MET WAARSCHUWING 2
BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN 3
VOORDAT U BEGINT 4
TEKENING OM ONDERDELEN TE HERKENNEN 5
MONTAGE 8
BIJSTELLING 25
GEWICHTSWEERSTANDSTABEL 27
DIAGRAM VAN DE KABEL 28
ONDERHOND 29
RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN 30
LIJST MET ONDERDELEN 33
GEDETAILLEERDE TEKENING 34
HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN . . . . Laataste Pagina

DE STICKER MET WAARSCHUWING

De sticker hier getoond is op het krachtstation geplakt. Let erop dat de tekst op de sticker in het Engels is. Zoek naar de sticker in het Nederlands en plak deze over de engelse sticker. Als de sticker onbreekt, of niet leesbaar is, neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht (zie laatste pagina van deze handleiding). Plak de sticker op de aangegeven plaats.



BELANGRIJKE VOORZORGSMAATREGELEN

⚠ WAARSCHUWING: Lees de volgende belangrijke voorzorgsmaatregelen door voordat u het krachtstation gaat gebruiken om persoonlijk letsel te voorkomen.

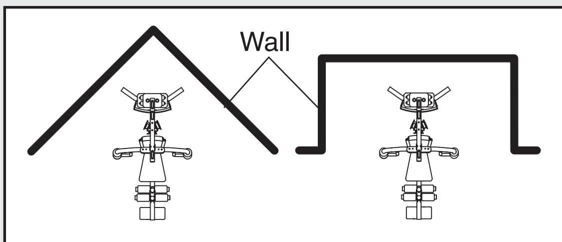
1. **Lees alle instructies en alle waarschuwingen in deze handleiding door, voordat u het krachtstation gebruikt. Gebruik het krachtstation alleen zoals beschreven in deze handleiding.**

2. **De eigenaar moet zich te ervan vergewissen dat allen die gebruik maken van het krachtstation voldoende op de hoogte zijn van alle voorzorgsmaatregelen.**

3. **Het krachtstation is ontworpen voor in huis gebruik. Het krachtstation is niet bedoelt voor verhuur of enig ander commercieel doeleind.**

4. **Houdt het krachtstation binnenshuis, weg van vocht en stof. Plaats het krachtstation op een vlak oppervlak, met een matje onder het apparaat om de vloer of het tapijt te beschermen. Zorg ervoor dat er voldoende ruimte rond het krachtstation is, om het apparaat te monteren, te demonteren en te gebruiken.**

5. **Dit krachtstation heeft een open gewichtstapel. De gewichtstapel moet altijd binnen het gezichtsveld van de gebruiker blijven. Om te vermijden dat de gewichtstapel verkeerd wordt gebruikt, plaats het gewichtsysteem in een hoek of een nis van een kamer, zoals getoond op de onderstaande afbeelding. Zorg voor een veiligheidsafstand van meer dan 1 meter tussen het krachtstation en de aanpalende muren.**



6. **Controleer alle onderdelen en draai ze regelmatig vast. Vervang versleten onderdelen meteen.**

7. **De krachtstation kan door mensen die maximaal 135 kg wegen worden gebruikt.**

8. **Houdt kinderen jonger dan 12 en huisdieren te allen tijde bij het krachtstation vandaan.**

9. **Houdt uw handen en voeten bij bewegende onderdelen weg.**

10. **Draag altijd, ter bescherming van uw voeten, sportschoenen tijdens het oefenen.**

11. **Zorg ervoor dat de kabel altijd op de katrollen blijft. Als de kabel vastraakt tijdens uw oefening, stop onmiddellijk en zorg ervoor dat de kabel over de katrollen draait. Vervang alle kabels iedere twee jaar.**

12. **Het gewichtsysteem is ontworpen om uitsluitend met de bijgeleverde gewichten te werken. Gebruik het gewichtsysteem niet met handhalters of andere gewichten om de weerstand te verhogen.**

13. **Zorg ervoor dat de gewichtspen altijd volledig in de gewichtstapel zit voordat u met uw oefening begint.**

14. **Stop meteen en begin geleidelijk af te koelen wanneer u pijn voelt of duizelig wordt.**

15. **Gebruik nooit meer dan tien gewichten met de armen voor de butterfly-oefening.**

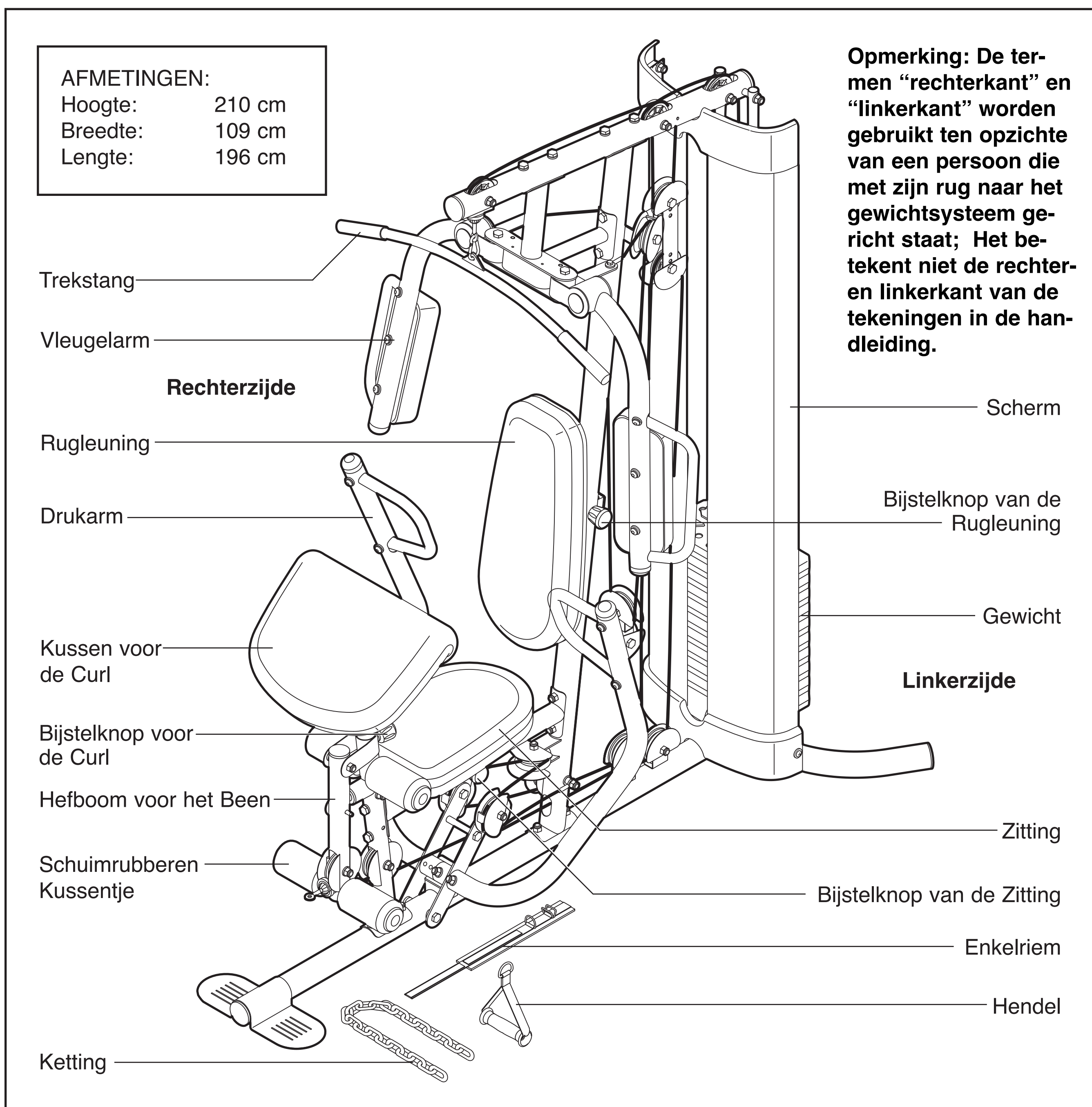
⚠ WAARSCHUWING: Raadpleeg uw huisarts voordat u met dit of enig ander oefenprogramma begint. Dit is bijzonder belangrijk voor mensen ouder dan 35 of mensen met gezondheidsproblemen. Lees alle instructies voor gebruik door. ICON is niet aansprakelijk voor persoonlijk letsel of schade door het gebruik van dit product.

VOORDAT U BEGINT

Fijn dat u de veelzijdige WEIDER™ PRO 5500 hebt gekozen. Het krachtstation heeft veel verschillende krachtsstations waarmee elke belangrijke spiergroep van het lichaam kan worden getraind. Het krachtstation zal U helpen de conditie van uw cardiovasculair systeem te verbeteren, U een fitter gevoel te geven, of leiden tot een drastische toename van uw spiermassa en spiersterkte. Het krachtstation zal U een specifiek resultaat opleveren.

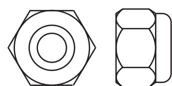
Lees voor het gebruik van het krachtstation deze handleiding zorgvuldig door. Mocht u nog vragen hebben neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht. Zorg dat u de volgende informatie bij de hand hebt. Het modelnummer is WEESY2996.0. Het serienummer staat op een sticker die u op het krachtstation kunt vinden (zie de eerste pagina van deze handleiding).

Voordat u verder leest, bekijk eerst aandachtig de tekening hieronder met de verschillende onderdelen.

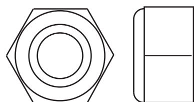


TEKENING OM ONDERDELEN TE HERENNEN

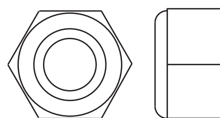
Gebruik de hieronder getoonde tekeningen om tijdens de montage de kleine onderdelen te herkennen. Het getal tussen haakjes onder iedere tekening is het nummer van het onderdeel van de LIJST MET ONDERDELEN in het midden van deze handleiding. **Opgelet: Sommige kleine onderdelen zijn al gemonteerd om de verzending te vergemakkelijken. Wanneer u een onderdeel niet in de zak met onderdelen kunt vinden, bekijk dan het apparaat om te zien of het al gemonteerd is.**



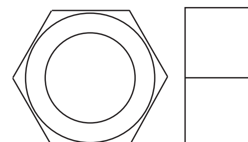
M6 Nylon Borgmoert (107)



M8 Nylon Borgmoer (78)



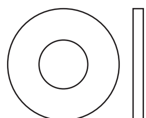
M10 Nylon Borgmoer (77)



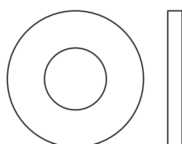
M12 Moer (112)



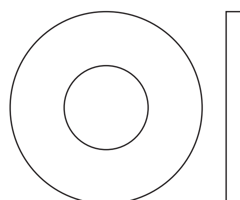
M4 Tussenring (104)



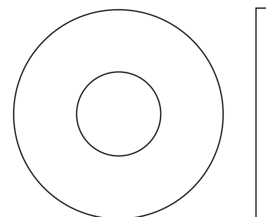
M6 Tussenstuk (114)



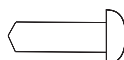
M8 Tussen ring (103)



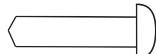
M10 Tussenstuk (80)



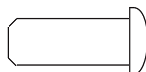
M10 Grote Tussenring (105)



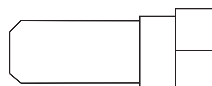
M4 x 12mm Tapschroef (102)



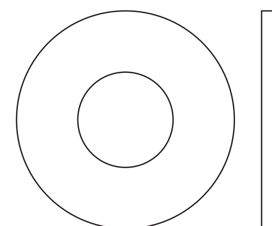
M4 x 16mm Tapschroef (110)



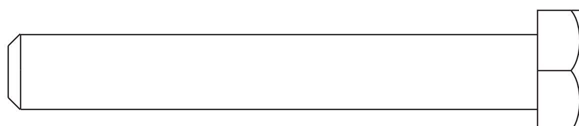
M6 x 16mm Schroef (88)



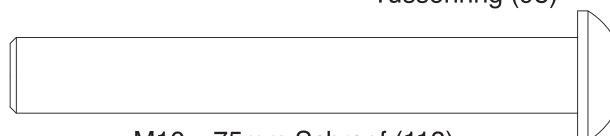
M8 x 22mm Schouderbout (90)



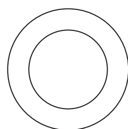
M12 Grote Tussenring (98)



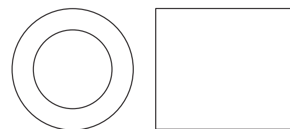
M10 x 70mm Bout (113)



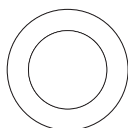
M10 x 75mm Schroef (118)



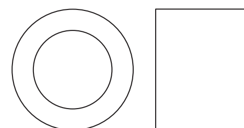
90mm Tussenstuk (59)



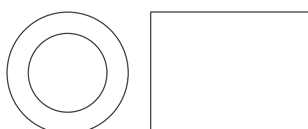
11mm Tussenstuk (67)



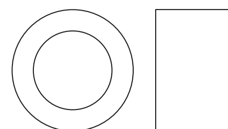
56,5mm Tussenstuk (69)



13mm Stalen Tussenstuk (109)

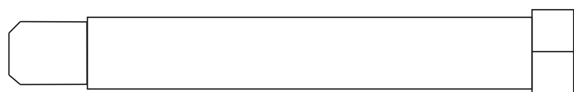


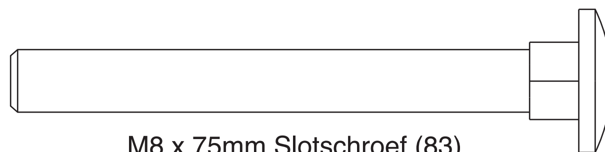
21mm Stalen Tussenstuk (108)

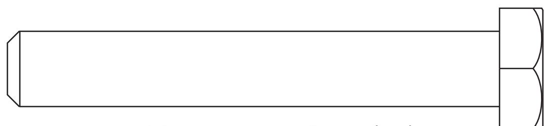


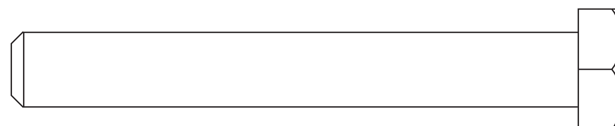
11mm Tussentuk (99)

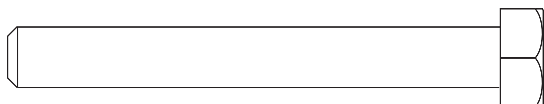
TEKENING OM ONDERDELEN TE HERENNEN

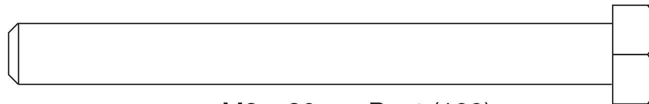

M8 x 69mm Schouderbout (87)

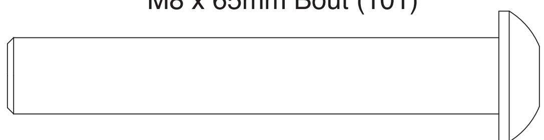

M8 x 75mm Slotschroef (83)

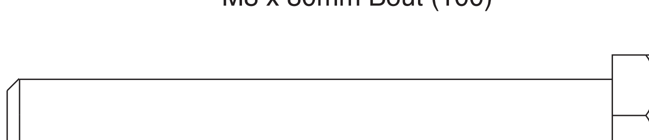

M10 x 65mm Bout (85)

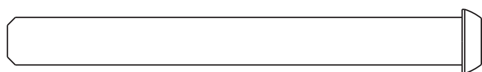

M10 x 75mm Bout (82)


M8 x 65mm Bout (101)

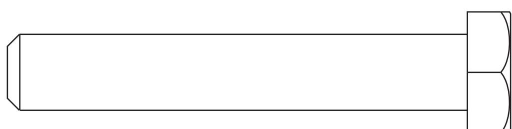

M8 x 80mm Bout (100)

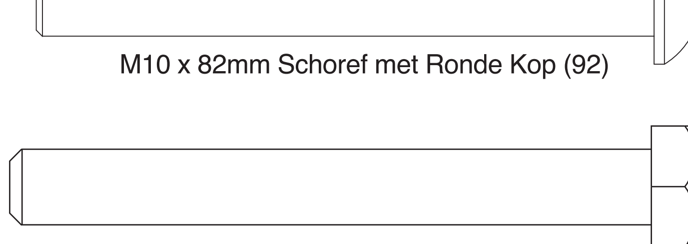

M10 x 65mm Bout met Ronde Kopt (106)

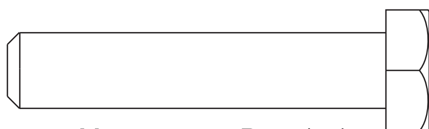

M10 x 80mm Bout (84)

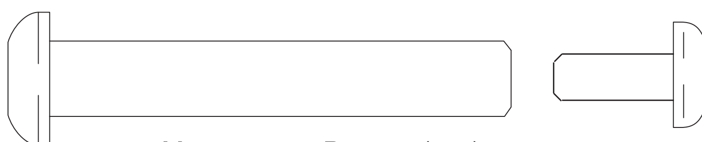

M6 x 60mm Schroef met Ronde Kop (91)

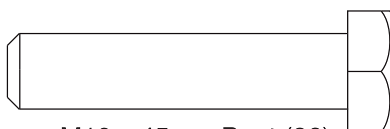

M10 x 82mm Schoref met Ronde Kop (92)

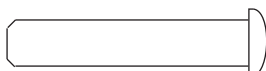

M10 x 60mm Bout (79)

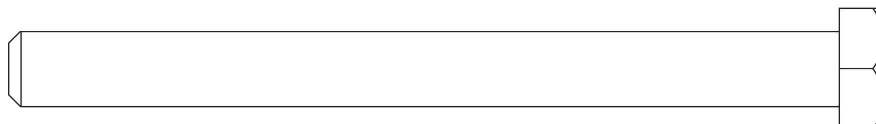

M10 x 85mm Bout (81)

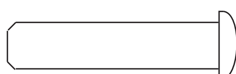

M10 x 50mm Bout (97)

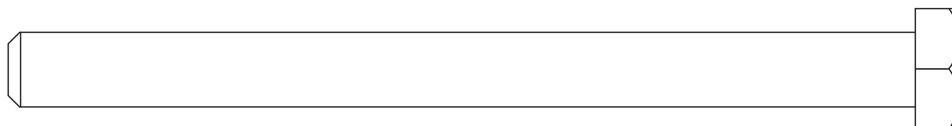

M10 x 61mm Boutset (116)

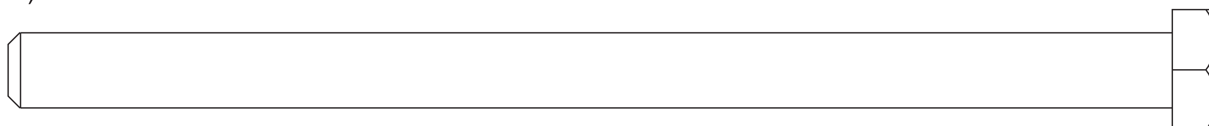

M10 x 45mm Bout (86)


M6 x 32mm Schroef (89)

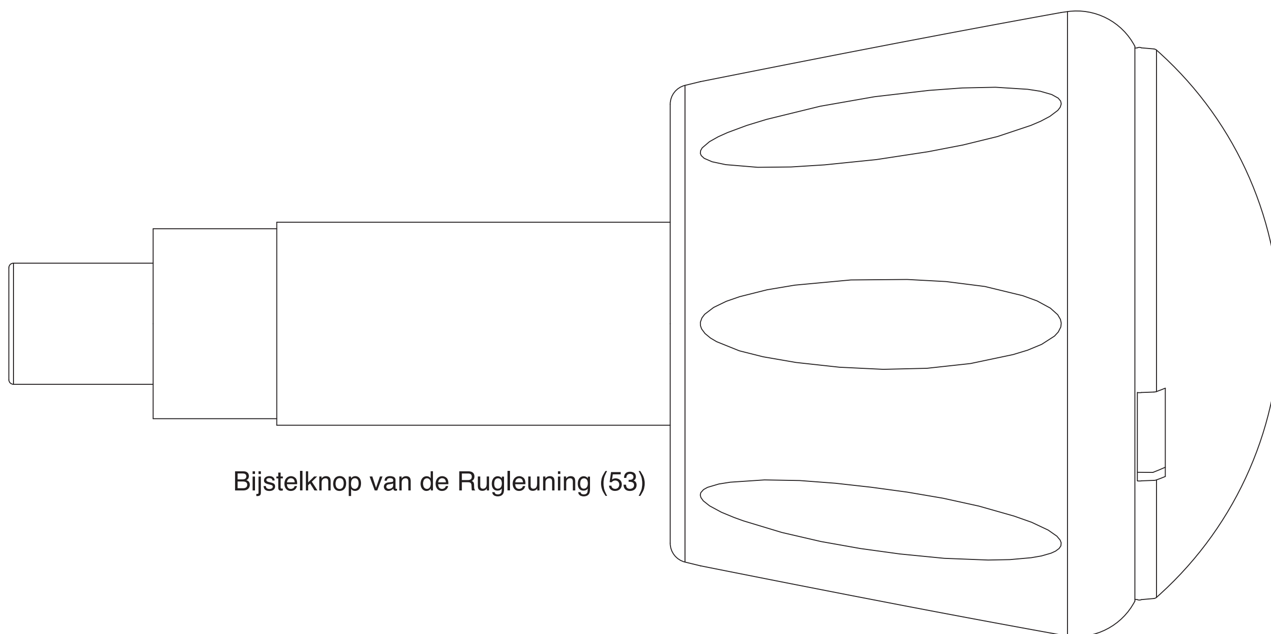

M10 x 110mm Bout (93)

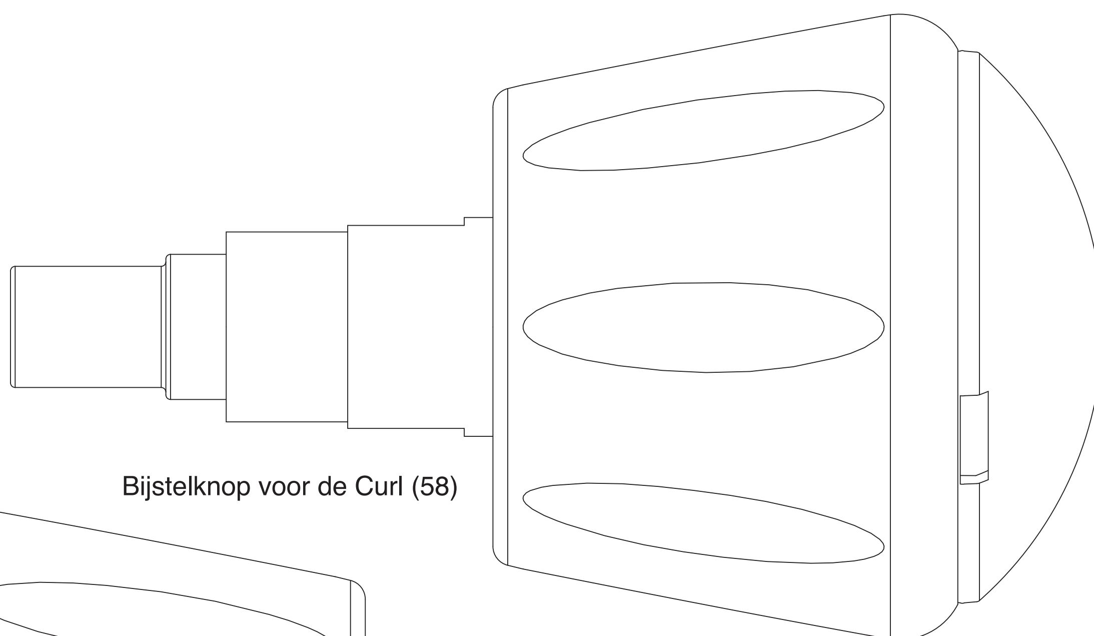

M6 x 28mm
Bout (94)

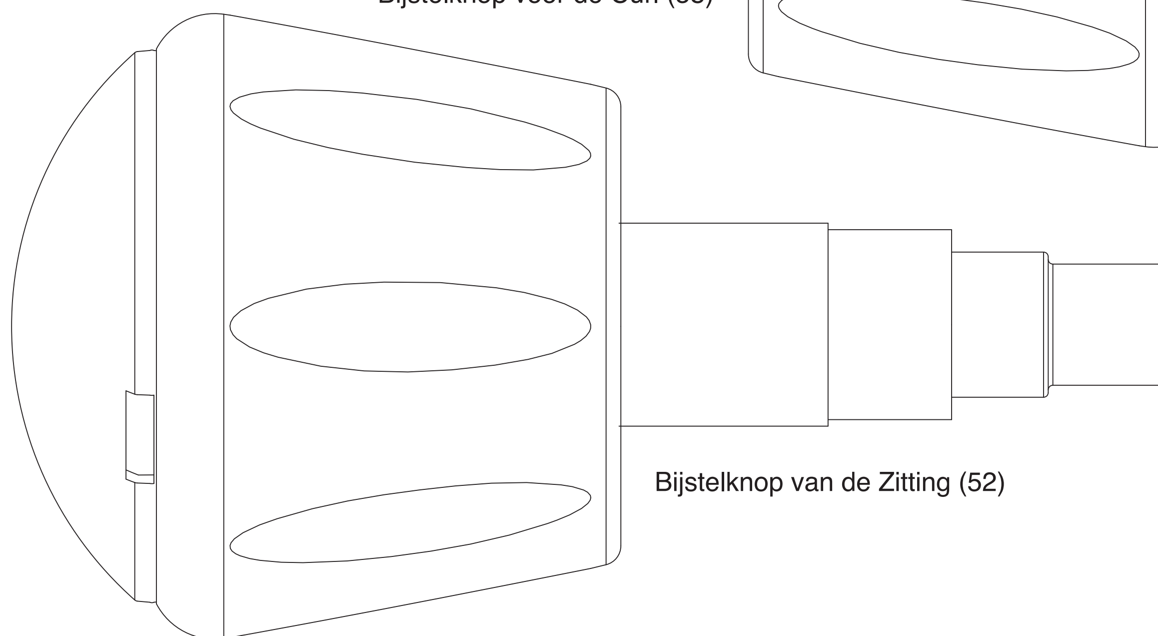

M10 x 120mm Bout


M10 x 155mm Bout (96)

TEKENING OM ONDERDELEN TE HERENNEN


Bijstelknop van de Rugleuning (53)


Bijstelknop voor de Curl (58)


Bijstelknop van de Zitting (52)

MONTAGE

Eenvoudig in Elkaar Zetten

Deze handleiding is zo ontworpen dat het krachtstation door iedereen in elkaar kan worden gezet. **Lees de informatie op deze pagina voordat u met de montage begint. Deze korte inleiding bespaart u veel meer tijd dan het lezen ervan zal kosten.**

Voor Het in Elkaar Zetten Zijn Twee Personen Nodig

Monteer het krachtstation met de hulp van iemand anders. Dit is gemakkelijker en veiliger.

Maak Genoeg Tijd Vrij

Vanwege de vele functies van het krachtstation zal het in elkaar zetten ervan enkele uren in beslag nemen. Als u er genoeg tijd voor vrijmaakt, zal de montage soepel verlopen. U kunt het krachtstation beter in een paar avonden monteren.

Een Plaats voor het Krachtstation Kiezen

Vanwege het gewicht en de omvang van het krachtstation moet het krachtstation in elkaar worden gezet op de plaats van gebruik. Zorg ervoor dat er na de montage genoeg ruimte is om om het systeem heen te lopen.

De Doos Uitpakken

Om de montage gemakkelijker te maken, hebben we het montageproces in vier fases verdeeld. De kleine onderdeeltjes voor elke fase zijn in aparte zakken verpakt. **Belangrijk: wacht met het openen van de zakken tot u de bijbehorende fase hebt bereikt.** Maak een ruimte vrij en zet alle onderdelen van het krachtstation daar neer. Verwijder het verpakkingsmateriaal. Gooi het verpakkingsmateriaal pas weg als de montage is voltooid.

Zorg ervoor dat u over het volgende gereedschap beschikt:

- Twee verstelbare sleutels
- Een gewone schroevendraaier
- Een kruiskopschroevendraaier
- Een rubberen hamer
- U heeft ook vet of vaseline, een kleine hoeveel water met zeep en maskeertape nodig.

Opmerking: Het in elkaar zetten gaat makkelijker als u beschikt over een doppenset, een set ring- en steeksleutel of een set ratelsleutels beschikt.

Onderdelen Herkennen

Om u te helpen de kleine onderdelen die bij de montage worden gebruikt te herkennen, is er in het midden van deze handleiding een **TEKENING OM ONDERDELEN TE HERKENNEN** opgenomen. Leg het diagram op de grond zodat u de onderdelen die bij elke stap worden gebruikt gemakkelijk kunt terugvinden. **Opmerking: het is mogelijk dat sommige kleine onderdelen al zijn aangebracht. Als een bepaald onderdeel niet in de zak zit, controleer dan of het al is aangebracht.**

Onderdelen Oriënteren

Zorg ervoor dat alle onderdelen precies zijn georiënteerd zoals in de illustraties.

Onderdelen Aandraaien

Draai alle onderdelen tijdens de montage aan, tenzij de aanwijzingen anders voorschrijven.

Vragen?

Mocht u nog vragen hebben neem dan contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht.

De Vier Fases van het Montageproces

Montage van het Staander—U begint met het monteren van de basis en de staanders die het geraamte van het krachtstation vormen.

Arm-Montage—Tijdens deze fase monteert u de armen en de Beencurler.

Kabelmontage—Tijdens deze fase monteert u alle kabels en katrollen die de krachtstations met de gewichten verbinden.

Montage van de Zittingen—De laatste fase is voor het monteren van de zitting en de rugleuningen.

Montage van het Staander

1. **Zorg ervoor dat u alle informatie op pagina 8 begrijpt voordat u begint met de montage van het krachtstation. Kijk in het TEKENING OM ONDERDELEN TE HERNENNEN op pagina 5 en 6 van deze handleiding om de kleine onderdelen te herkennen.**

   Steek vier M8 x 75mm Slotschroeven (83) omhoog door de Basis (1). **Opmerking: Het kan handig zijn om plakband over de koppen van de Schroeven aan te brengen om ze op hun plaats te houden.**

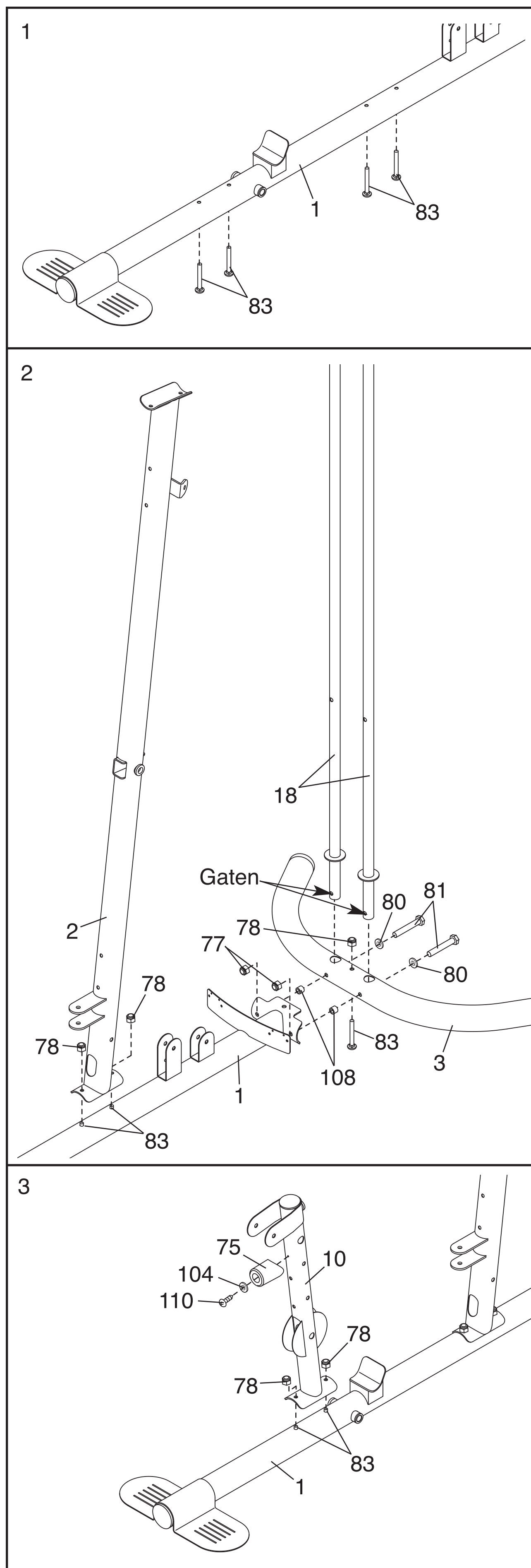
2. Steek een M8 x 75mm Slotschroef (83) door de Stabilisator (3).

   Maak de Basis (1) en de twee Gewichtgeleiders (18) aan de Stabilisator (3) vast met twee M10 x 85mm Bouten (81), twee M10 Tussenstukken (80), twee 21mm Stalen Tussenstukken (108), twee M10 Nylon Borgmoeren (77) en een M8 Nylon Borgmoer (78). **Zorg ervoor dat de aangegeven gaten in de Gewichtgeleiders dichter bij de onderkant zitten. Draai de Borgmoeren nog niet te vast.**

   Maak de Staander (2) aan de Basis (1) vast met de twee aangegeven M8 x 75mm Slotschroeven (83) en twee M8 Nylon Borgmoeren (78). **Draai de Borgmoeren nog niet te strak vast.**

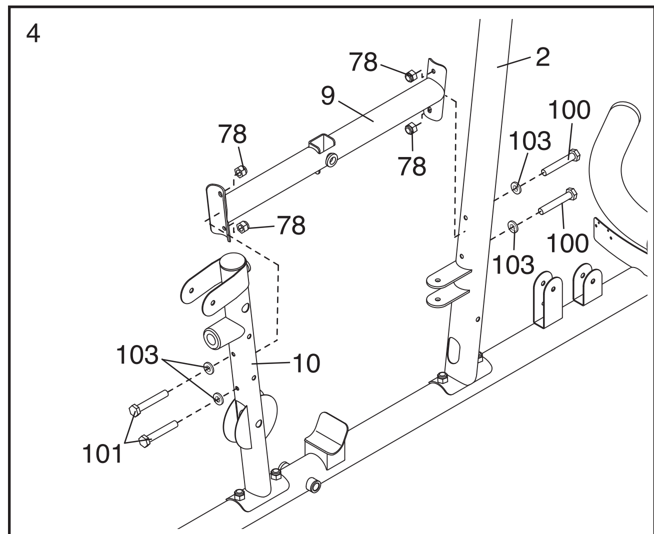
3. Bevestig de Voorste Poot (10) aan de Basis (1) vast met de twee aangegeven M8 x 75mm Slotschroeven (83) en twee M8 Nylon Borgmoeren (78). **Draai de Borgmoeren nog niet te strak vast.**

   Maak de Pootbumper (75) aan de Voorpoot (10) vast met een M4 x 16mm Tapschroef (110) en een M4 Tussenstuk (104). **Zorg ervoor dat het uiteinde van de Bumper naar boven wijst.**

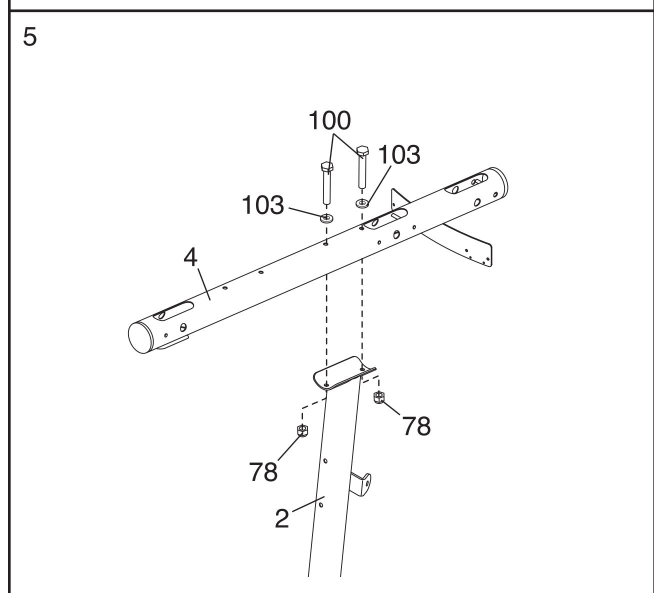


4. Maak het Onderstel (9) aan de Staander (2) vast met twee M8 x 80mm Bouten (100), twee M8 Tussenstukken (103), en twee M8 Nylon Borgmoeren (78). **Draai de Borgmoeren nog niet te vast.**

   Maak het Onderstel (9) aan de Voorste Poot (10) vast met twee M8 x 65mm Bouten (101), twee M8 Tussenstukken (103), en twee Nylon Borgmoeren (78). **Draai de Borgmoeren nog niet te vast.**



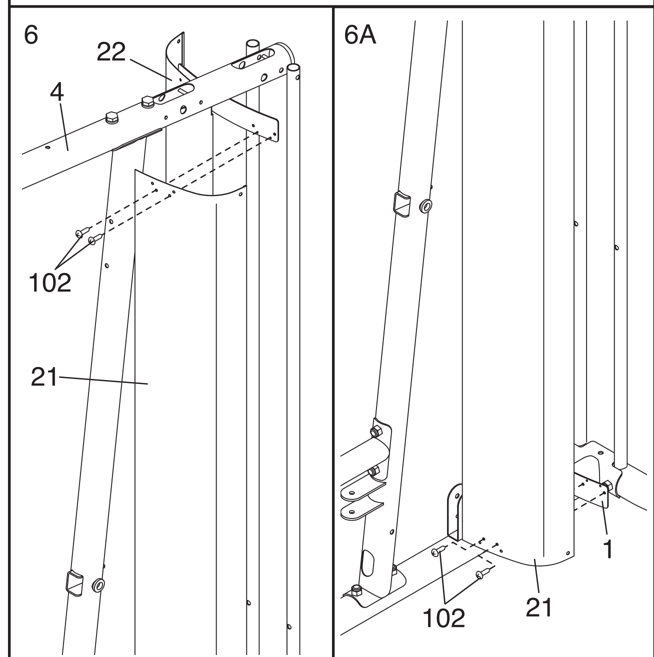
5. Maak het Bovenste Onderstel (4) aan de Staander (2) vast met twee M8 x 80mm Bouten (100), twee M8 Tussenstukken (103), en twee Nylon Borgmoeren (78). **Draai de Borgmoeren nog niet te vast aan.**



6. Maak het Linker Scherm (21) aan het Bovenste Onderstel (4) vast met twee M4 x 12mm Tapschroeven (102).

   Zie afbeelding 6A. Maak de onderkant van het Linker Scherm (21) aan de Basis (1) vast met twee M4 x 12mm Tapschroeven (102).

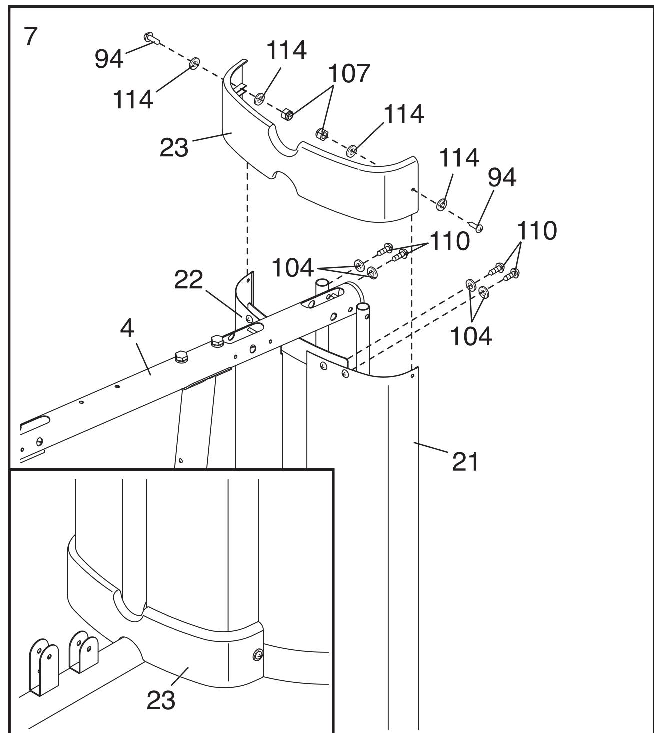
   Herhaal deze stap voor het Rechter Scherm (22).



7. Maak een Schermdeksel (23) aan de Linker en Rechter Schermen (21, 22) vast met twee M6 x 28mm Bouten (94), vier M6 Tussenstukken (114) en twee M6 Nylon Borgmoeren (107).

   Maak het Schermdeksel (23) aan het Bovenste Onderstel (4) vast met vier M4 x 16mm Tapschroeven (110) en vier M4 Tussenstukken (104).

   Raadpleeg de inzet-tekening en maak het andere Schermdeksel (23) op dezelfde manier vast.



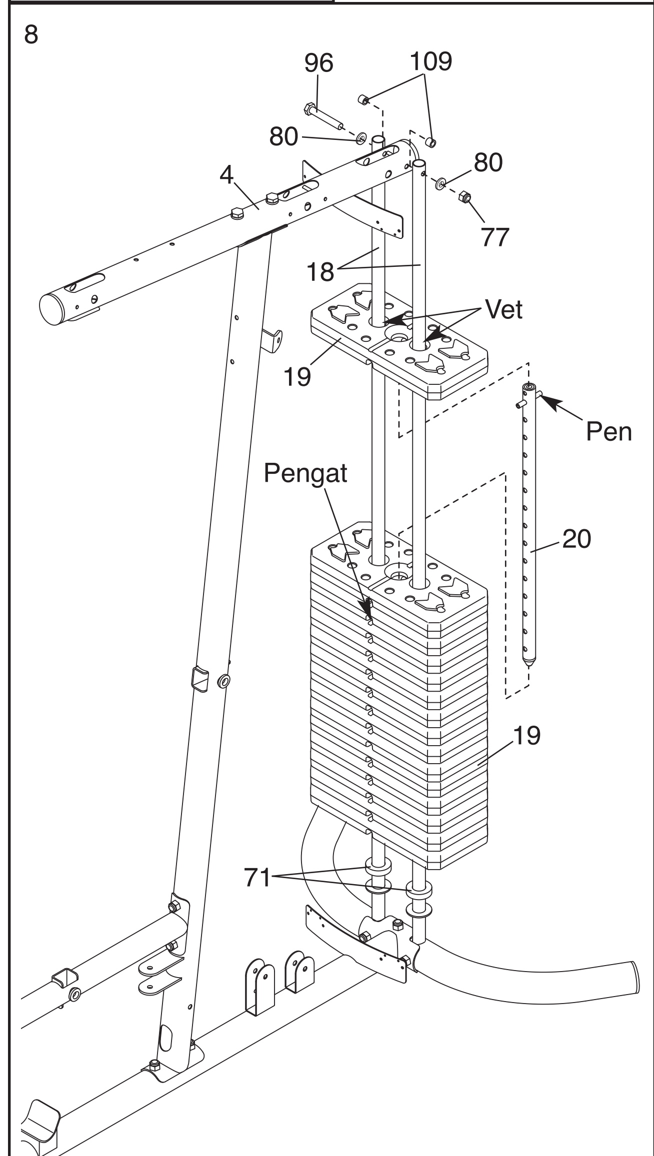
8. **Opmerking: Bepaalde onderdelen zijn verwijderd om deze stap duidelijk te tonen.**

   Schuif de twee Gewichtbumpers (71) over de Gewichtgeleiders (18). Draai de viertien Gewichten (19) zodat de pengaten onderaan zijn, zoals getoond. Schuif de Gewichten over de Gewichtgeleiders.

   Steek de Gewichtbuis (20) in de viertien Gewichten (19). **Zorg ervoor dat de pen op de Gewichtbuis georiënteerd is zoals getoond.**

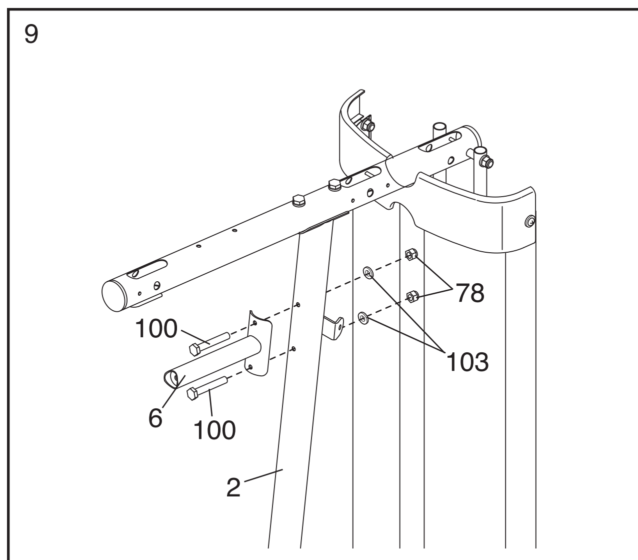
   Smeer de aangegeven gaten in het Gewicht (19) met het inbegrepen smeervet. Schuif het Gewicht over de Gewichtgeleiders (18).

   Bevestig de Gewichtgeleiders (18) aan het Bovenste Onderstel (4) vast met een M10 x 155mm Bout (96), twee M10 Tussenstukken (80), twee 13mm Stalen Tussenstukken (109), en een M10 Nylon Borgmoer (77).



Arm-Montage

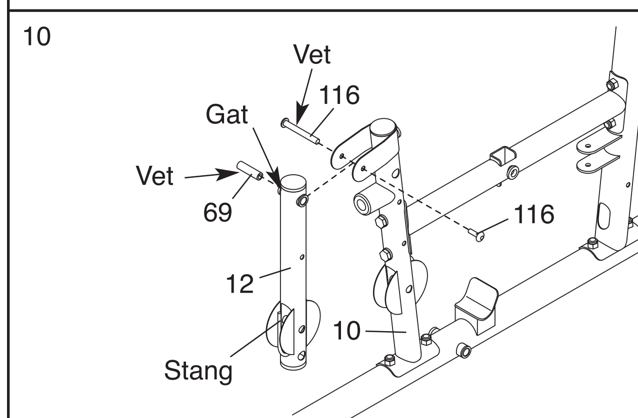
9. Maak de Houder van het Onderstel voor de Butterfly-oefening (6) aan de Staander (2) vast met twee M8 x 80mm Bouten (100), twee M8 Tussenstukken (103) en twee M8 Nylon Borgmoer-en (78). **Draai de Borgmoeren nog niet te vast.**

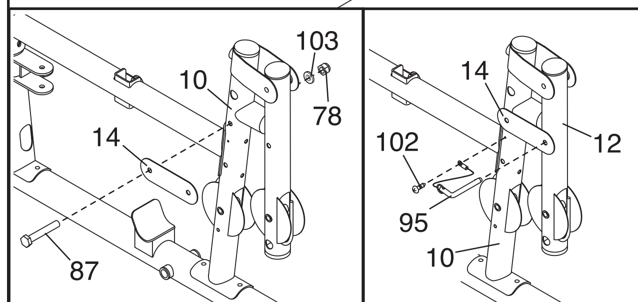


10. Smeer vet op de aangegeven plaatsen. Steek een 56,5mm Tussenstuk (69) in het aangegeven gat van de Beencurl (12). Maak de Beencurl aan de Voorste Poot (10) vast met een M10 x 61mm Boutset (116). **Zorg ervoor dat de aangegeven stang georiënteerd is zoals getoond.**

    Raadpleeg de linker inzet-tekening. Maak de Borgplaat (14) aan de Voorste Poot (10) vast met de M8 x 69mm Schouderbout (87), een M8 Tussenring (103) en een M8 Nylon Borgmoer (78).

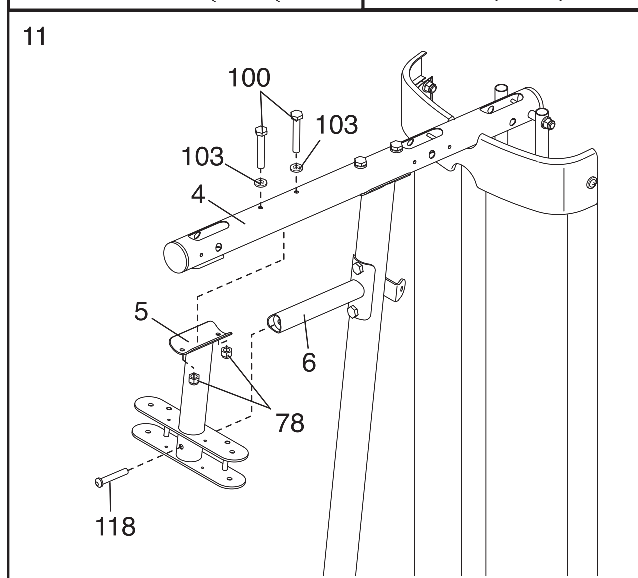
    Raadpleeg de inzet-tekening rechts. Steek de Borgplaatpen (95) door de Borgplaat (14) en de Beencurl (12). Maak de ketting aan de Borgplaatpen aan de Voorste Poot (10) vast met een M4 x 12mm Tapschroef (102).





11. Maak het Onderstel voor de Butterfly-oefening (5) aan het Bovenste Onderstel (4) vast met twee M8 x 80mm Bouten (100), twee M8 Tussenstukken (103) en twee M8 Nylon Borgmoeren (78). **Draai de Borgmoeren nog niet te vast.**

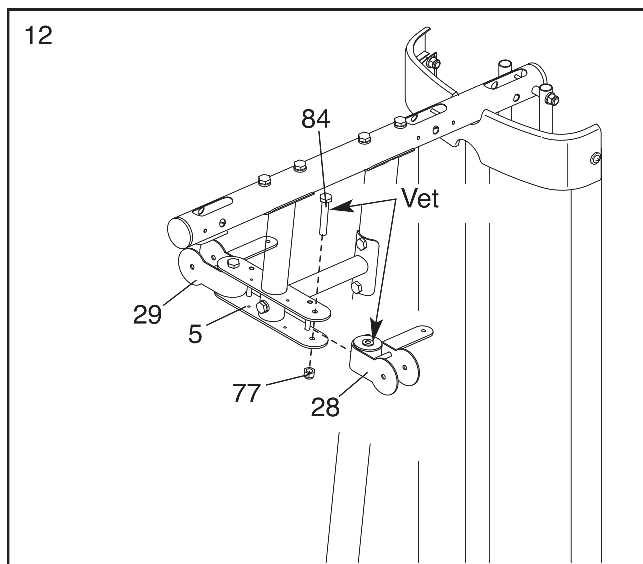
    Maak het Onderstel voor de Butterfly-oefening (5) aan de Houder van het Onderstel voor de Butterfly-oefening (6) vast met een M10 x 75mm Schroef met Ronde Kop (118).



12. Smeer vet op de aangegeven plaatsen en maak de Linker Houder voor de Butterfly-oefening (28) aan het Onderstel voor de Butterfly-oefening (5) vast met een M10 x 80mm Bout (84) en een M10 Nylon Borgmoer (77).

    Herhaal deze stap voor de Rechter Houder voor de Butterfly-oefening (29).

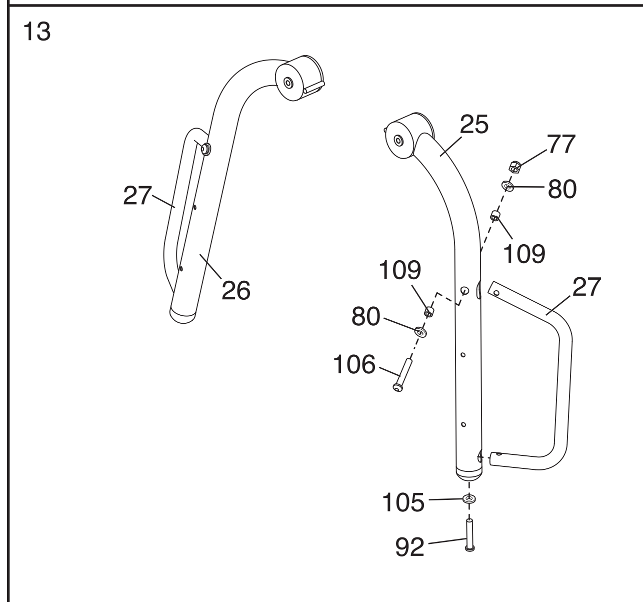
    Draai de Nylon Borgmoeren (77, 78, 107) die gebruikt werden in stap 2–12 strak vast.



13. Maak een Handvat voor de Butterfly-oefening (27) aan de Linker Arm voor de Butterfly-oefening (25) vast met een M10 x 65mm Bout met Ronde Kop (106), twee M10 Tussenstukken (80), twee 13mm Stalen Tussenstukken (109) en een M10 Nylon Borgmoer (77).

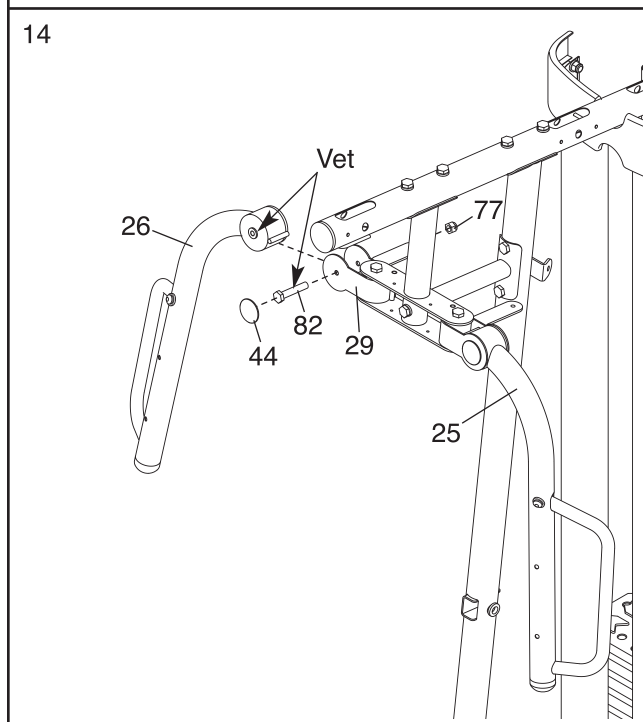
    Zeker de Linker Vleugelarm (25) met een M10 x 82mm Bout met Ronde Kop (92) en een M10 Grote Tussenstuk (105).

    Herhaal deze stap voor de Rechter Vleugelarm en het Handvat voor de Butterfly-oefening (26, 27).



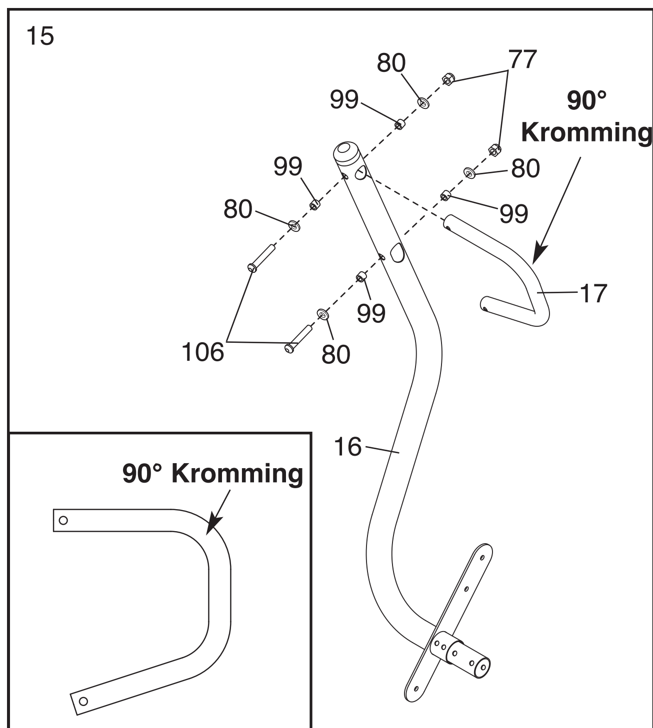
14. Smeer vet op de aangegeven plaatsen en maak de Rechter Vleugelarm (26) aan de Rechter Houder voor de Butterfly-oefening (29) vast met een M10 x 75mm Bout (82) en een M10 Nylon Borgmoer (77). Druk een Boutkapje (44) op het uiteinde van de Bout. **Draai de Bout niet te strak vast; de Vleugelarm moet goed kunnen bewegen.**

    Herhaal deze stap voor de Linker Vleugelarm (25).



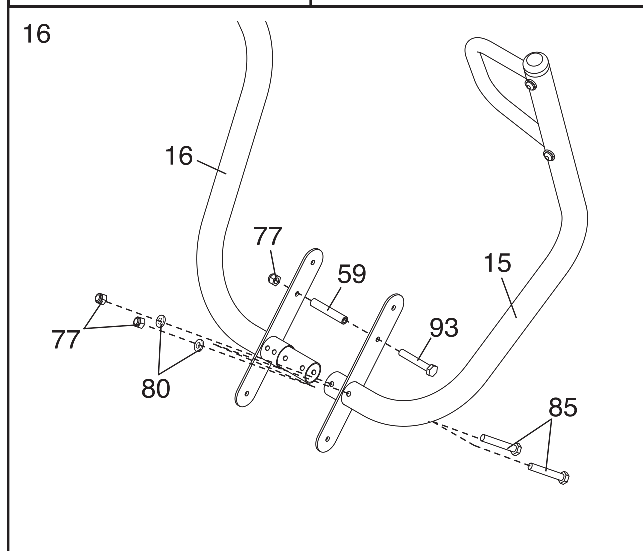
15. Oriënteer een Handvat voor de Drukarm (17) met de kromming van 90° aan de bovenkant zoals getoond op de inzet-tekening. Maak het Handvat van de Drukarm (17) aan de Rechter Drukarm (16) vast met twee M10 x 65mm Bouten met Ronde Kop (106), vier M10 Tussenstukken (80), vier 11mm Tussenstukken (99) en twee M10 Nylon Borgmoeren (77).

Herhaal deze stap voor de Linker Drukarm (niet getoond).



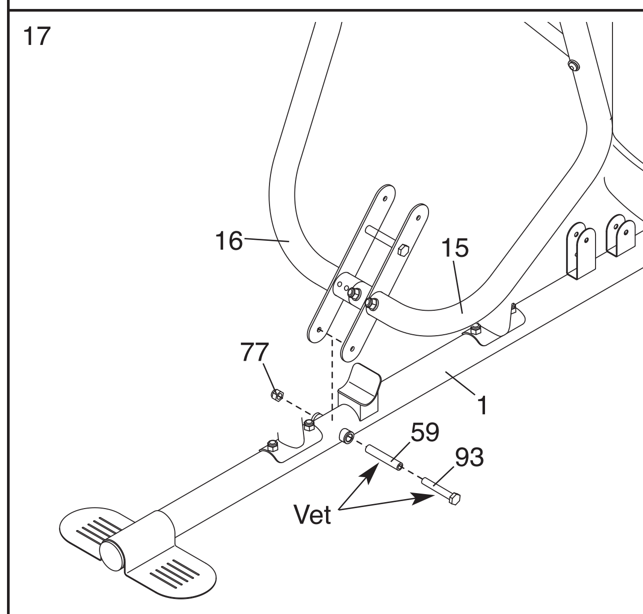
16. Maak de Linker Drukarm (15) aan de Rechter Drukarm (16) vast met een M10 x 110mm Bout (93), een 90mm Tussenstuk (59) en een M10 Nylon Borgmoer (77).

Maak tot slot de Drukarmen vast met twee M10 x 65mm Bouten (85), twee M10 Tussenstukken (80), en twee M10 Nylon Borgmoeren (77). **Draai de Nylon Borgmoeren nog niet te vast.**



17. Smeer vet op een M10 x 110mm Bout (93). Maak de Linker en Rechter Drukarmen (15, 16) aan de Basis (1) vast met een Bout, een 90mm Tussenstuk (59), en een M10 Nylon Borgmoer (77). **Draai de Nylon Borgmoeren niet te vast. De Drukarmen moet vrij kunnen draaien.**

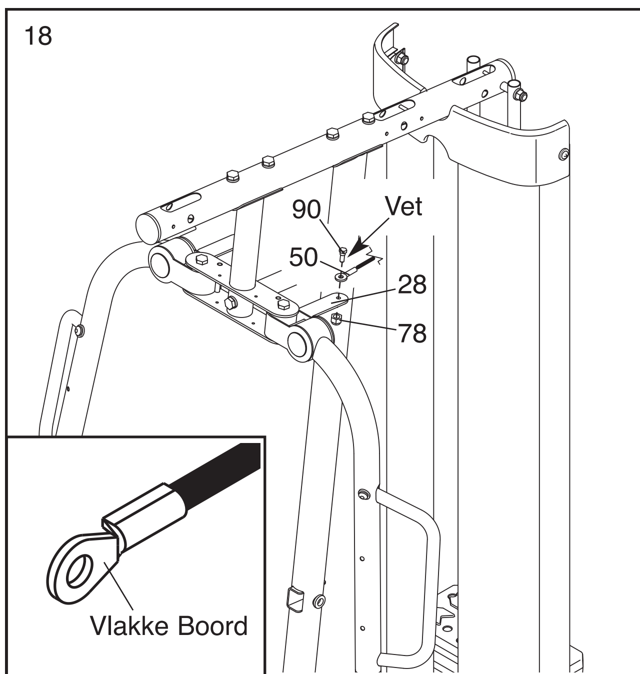
Draai de Nylon Borgmoeren (77) uit stap 16 goed vast.



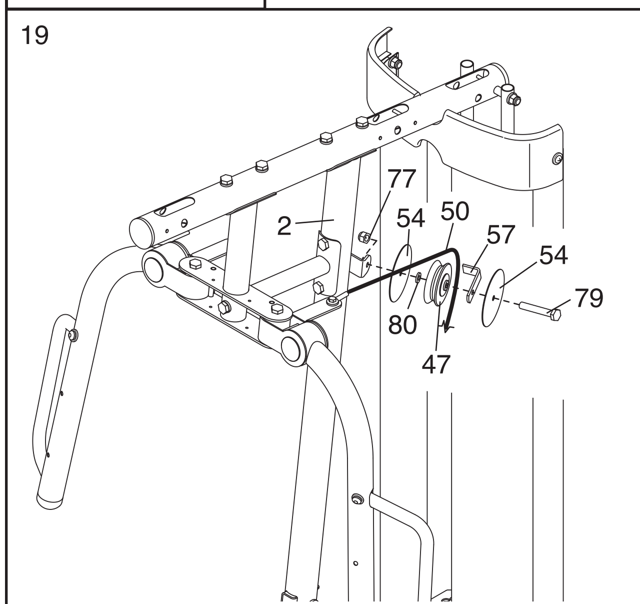
Kabelmontage

18. **Raadpleeg de Kabeldiagrammen op pagina 28 om de kabels bij de montage te herkennen.**

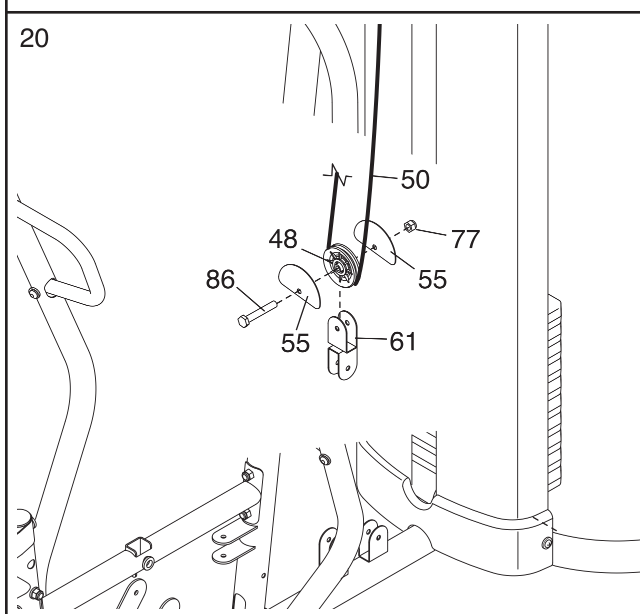
    Zoek naar de Vleugelkabel (50). Smeer een M8 x 22mm Schouderbout (90). Attach the Cable to the Left Butterfly Bracket (28) with the Shoulder Bolt and an M8 Nylon Locknut (78). **Maak de Kabel aan de Linker Houder voor de Butterfly-oefening (28) vast met de Schouderbout en een M8 Nylon Borgmoer (78). Zorg ervoor dat de vlakke boord van de Kabel tegen de Houder voor de Butterfly-oefening ligt. Draai de Schouderbout niet te strak vast; de Kabel moet goed kunnen bewegen.**



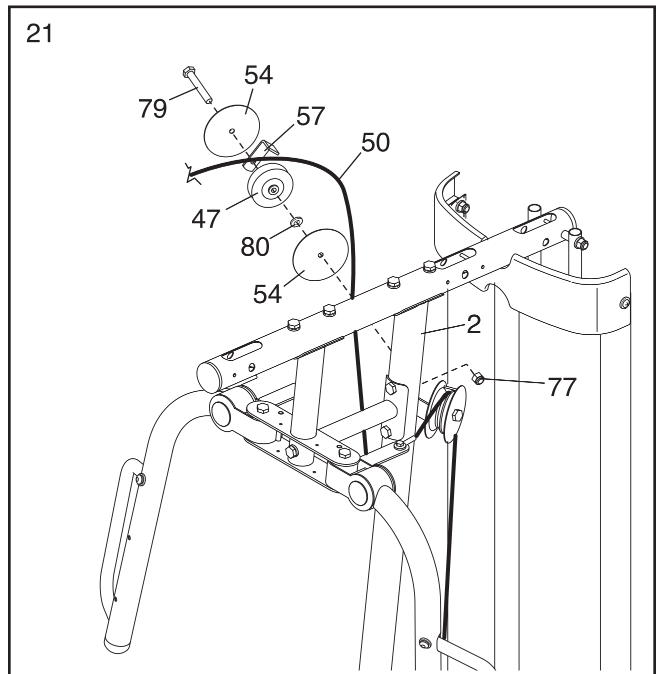
19. Leg de Vleugelkabel (50) over een “V”-katrol (47). Maak de “V”-katrol, een Grote Kabelklem (57), een M10 Tussenstuk (80), en twee Beschermringen (54) aan de Staander (2) vast met een M10 x 60mm Bout (79) en een Nylon Borgmoer (77).



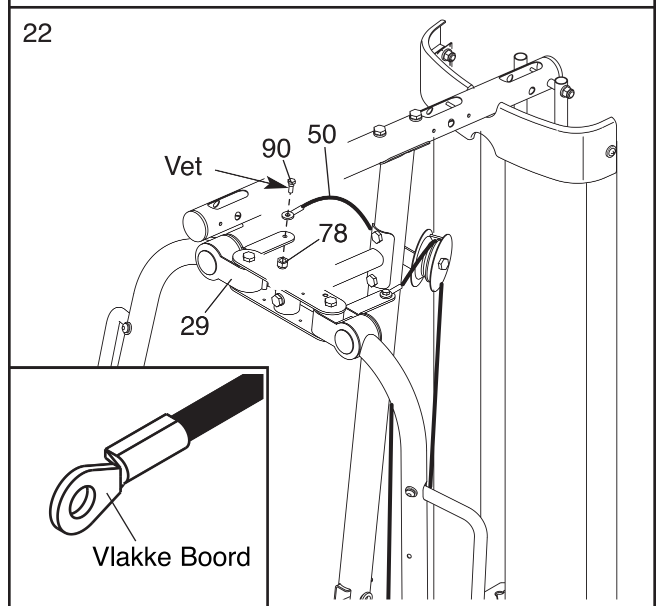
20. Leg de Vleugelkabel (50) onder een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol en twee Halve Beschermringen (55) aan de Dubbele “U”-beugel (61) vast met een M10 x 45mm Bout (86) en een M10 Nylon Borgmoer (77). **Zorg ervoor dat de Halve Beschermringen georiënteerd zijn zoals getoond.**



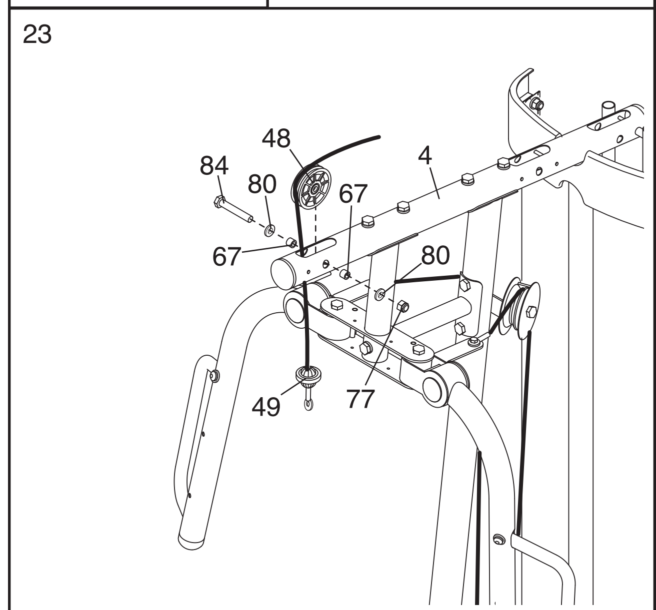
21. Leg de Vleugelkabel (50) over een “V”-katrol (47). Maak de “V”-katrol, een Grote Kabelklem (57), een M10 Tussenstuk (80), en twee Beschermringen (54) aan de Staander (2) vast met een M10 x 60mm Bout (79) en een M10 Nylon Borgmoer (77).



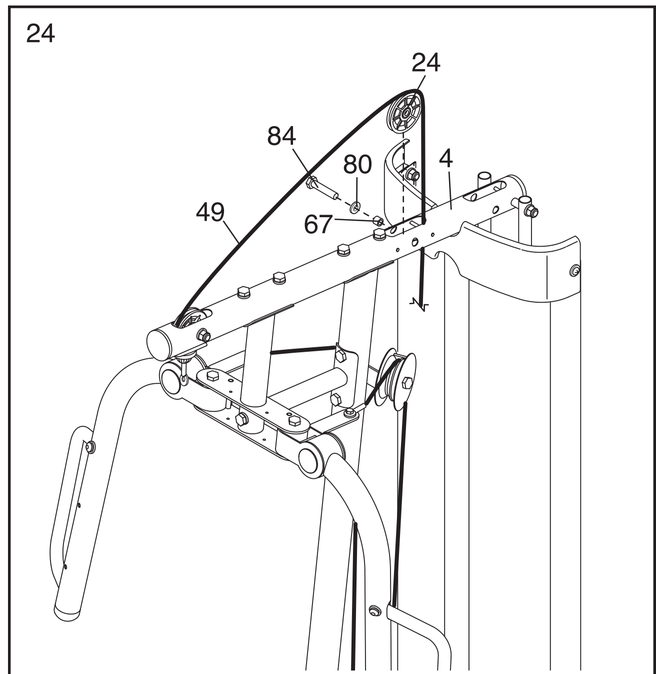
22. Smeer een M8 x 22mm Schouderbout (90). Maak de Vleugelkabel (50) aan de Rechter Vleugelarm (29) vast met de Schouderbout en een M8 Nylon Borgmoer (78). **Zorg ervoor dat de vlakke boord van de Kabel tegen de Houder voor de Butterfly-oefening ligt.**



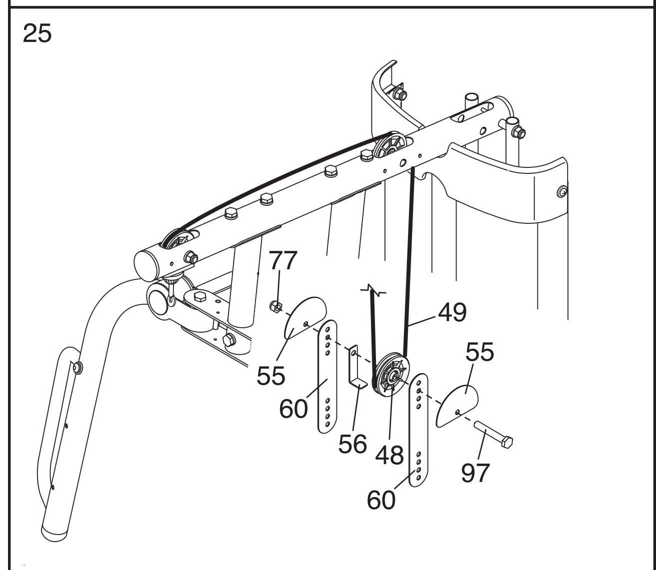
23. **Neem de Latissimuskabel (49).** Leid de Kabel naar boven door het Bovenste Onderstel (4) en over de 90mm Katrol (48). Maak de Katrol in het Bovenste Onderstel vast met een m10 x 80mm Bout (84), twee M10 Tussenstukken (80), twee 19mm Tussenstuken (67), en een M10 Nylon Borgmoer (77).



24. Leid de Latissimuskabel (49) over een Dunne Katrol (24) en naar beneden door het Bovenste Onderstel (4). Houd de Dunne Katrol in het Bovenste Onderstel. Steek een M10 x 80mm Bout (84) door de M10 Tussenstuk (80), een 19mm Tussenstuk (67), het Bovenste Onderstel, en een Dunne Katrol.

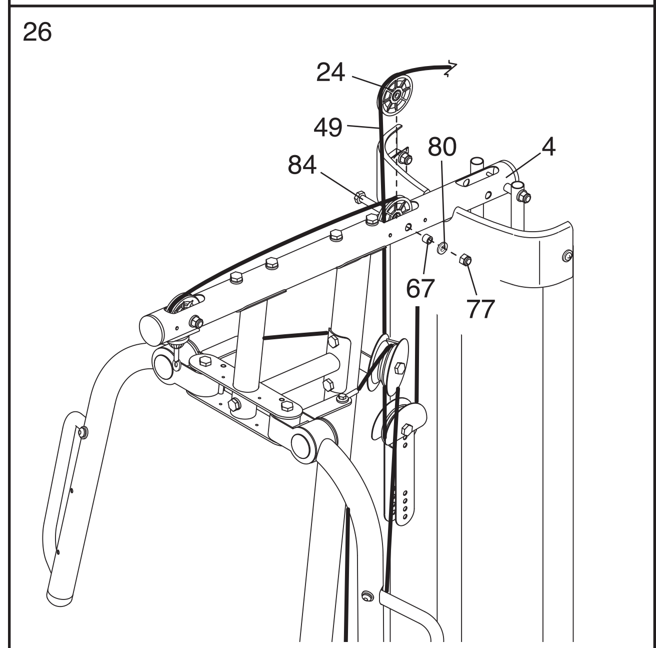


25. Leid de Latissimuskabel (49) onder een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol, een Kabelklem (56) en twee Halve Beschermringen (55) aan het tweede gat aan de bovenkant van de twee Katrolplaten (60) vast met een M10 x 50mm Bout (97) en een M10 Nylon Borgmoer (77). **Zorg ervoor dat de Kabelklem en de Halve Beschermringen georiënteerd zijn zoals getoond.**

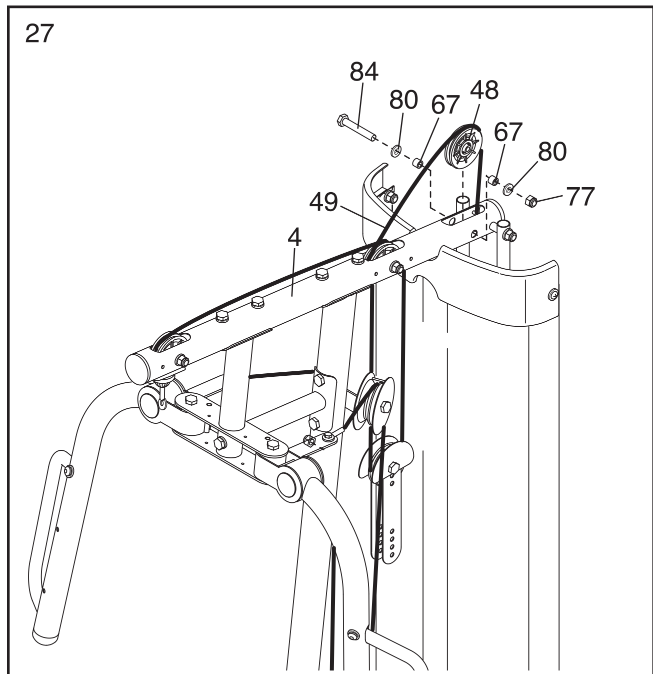


26. Leid de Latissimuskabel (49) naar boven door het Bovenste Onderstel (4) en draai de Kabel rond een Dunne Katrol (24). Trek de M10 x 80mm Bout (84) uit het Bovenste Onderstel totdat hij op dezelfde hoogte als de eerste Dunne Katrol van stap 24 zit. **Verwijder de Bout niet helemaal uit het Bovenste Onderstel.**

Houd de tweede Dunne Katrol (24) aan de binnenkant van het Bovenste Onderstel (4) en maak ze vast met een M10 x 80mm Bout (84), een 19mm Tussenstuk (67), een M10 Tussenstuk (80) en een M10 Nylon Borgmoer (77).

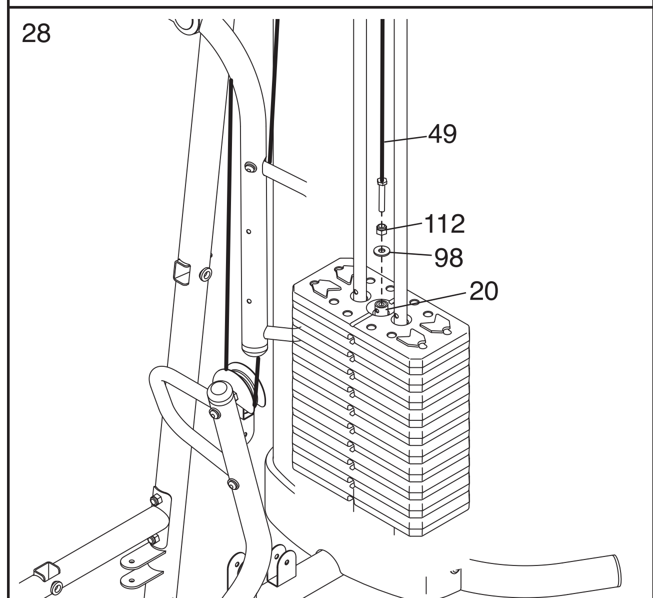


27. Draai de Latissimuskabel (49) rond een 90mm Katrol (48) en leid de Kabel naar beneden door het Bovenste Onderstel (4). Bevestig de Katrol aan de Bovenste Staander vast met een M10 x 80mm Bout (84), twee M10 Tussenstukken (80), twee 19mm Tussenstuken (67), en een M10 Nylon Borgmoer (77).



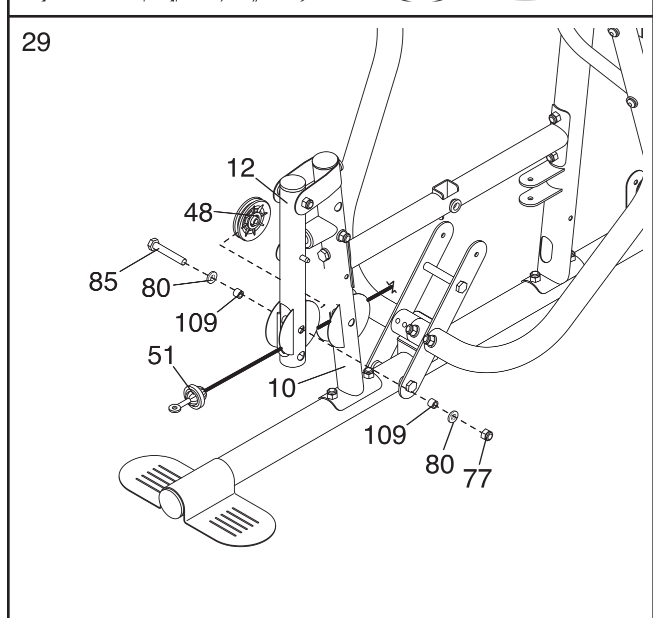
28. Plaats een M12 Grote Tussenstuk (98) aan de bovenkant van de Gewichtsbuis (20). Draai de M12 Moer (112) helemaal op de Latissimuskabel (49).

Draai de Latissimuskabel (49) met twee draaien in de Gewichtsbuis (20). Draai de M12 Moer (112) vast tegen de Grote Tussenstuk (98).

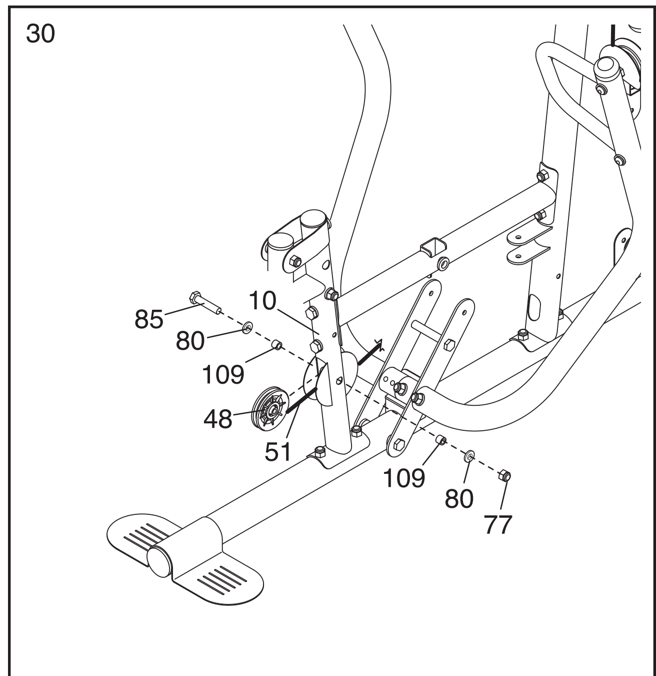


29. **Neem de Kabel voor de Beencurl (51).** Leid de Kabel door de Beencurler (12) en de Voorpoot (10).

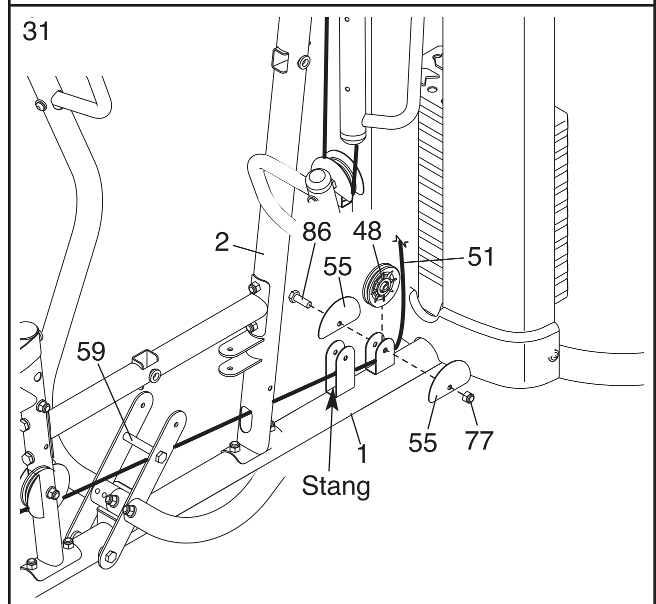
Steek een 90mm Katrol (48) achteraan in de Beencurl (12) zoals getoond. Maak de 90mm Katrol vast met een M10 x 65mm Bout (85), twee M10 Tussenstukken (80), twee 13mm Stalen Tussenstukken (109), en een M10 Nylon Borgmoer (77)



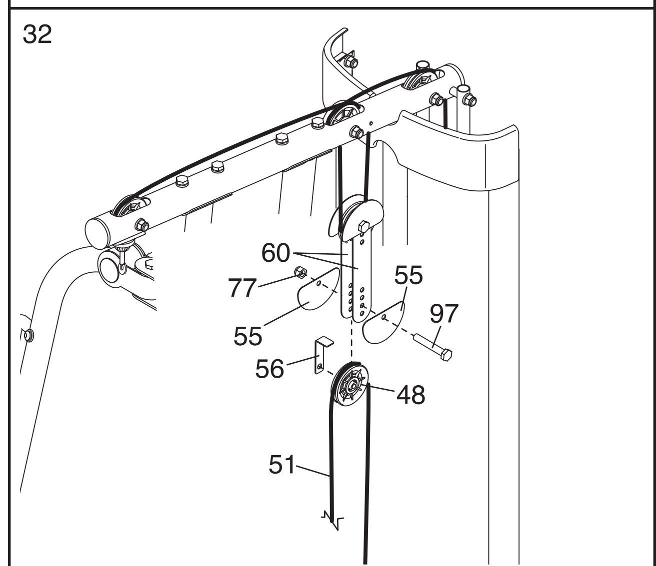
30. Maak een 90mm Katrol (48) in de Voorste Poot (10) vast met een M10 x 65mm Bout (85), twee M10 Tussenstukken (80), twee 13mm Stalen Tussenstukken (109), (109), en een M10 Nylon Borgmoer (77). **Zorg ervoor dat de Kabel voor de Beencurl (51) onder de Katrol zit.**



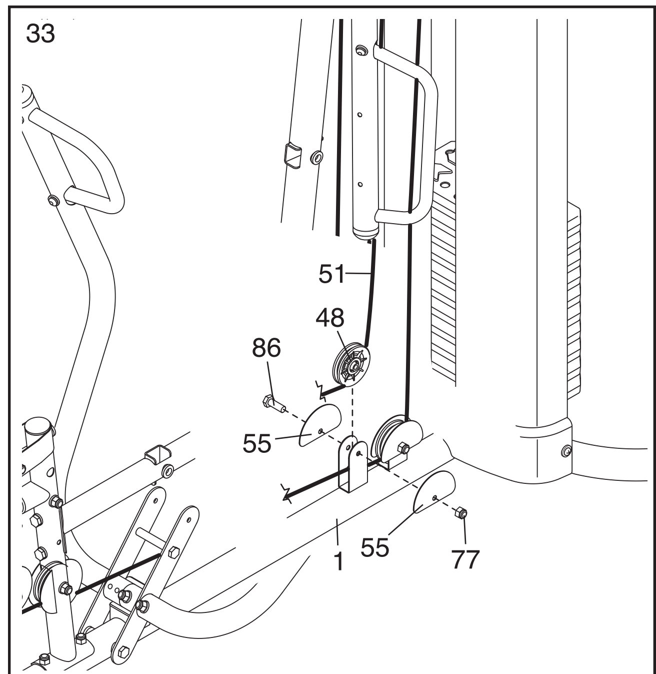
31. Leid de Kabel voor de Beencurl (51) onder de 89,5mm Tussenstuk (59), door de Staander (2) en onder de aangegeven stang op de Basis (1). Draai de Kabel voor de Beencurl onder een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol aan de Basis vast met een M10 x 45mm Bout (86), twee Halve Beschermringen (55) en een M10 Nylon Borgmoer (77).



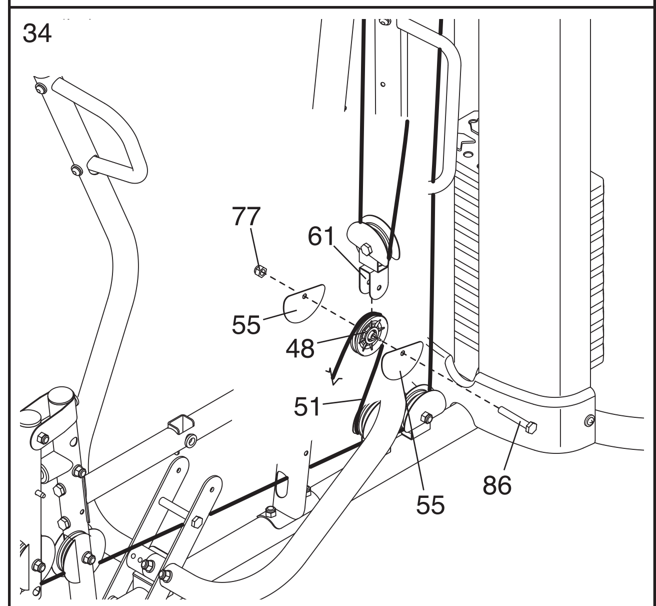
32. Draai de Kabel voor de Beencurl (51) over een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol, een Kabelklem (56) en twee Halve Beschermringen (55) aan het tweede gat aan de onderkant van de Katrolplaten (60) vast met een M10 x 50mm Bout (97) en een M10 Nylon Borgmoer (77). **Zorg ervoor dat de Kabelklem en de Halve Beschermringen georiënteerd zijn zoals getoond.**



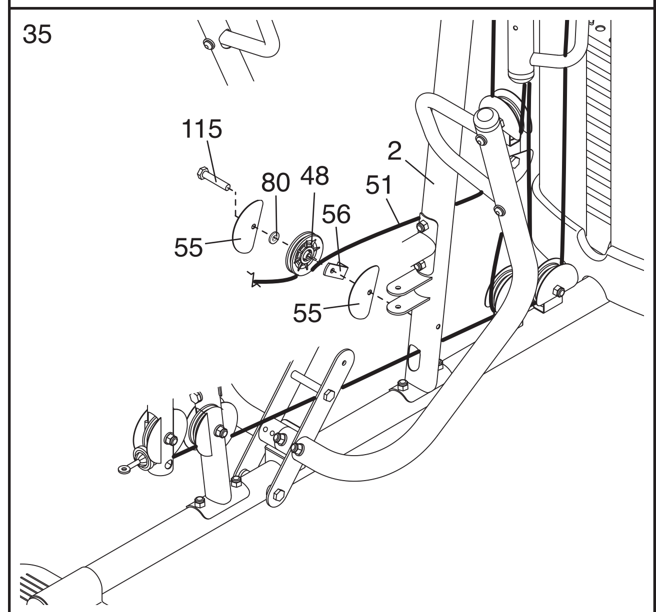
33. Draai de Kabel voor de Beencurl (51) onder een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol vast aan de Basis (1) vast met een M10 x 45mm Bout (86), twee Halve Beschermringen (55), en een M10 Nylon Borgmoer (77).



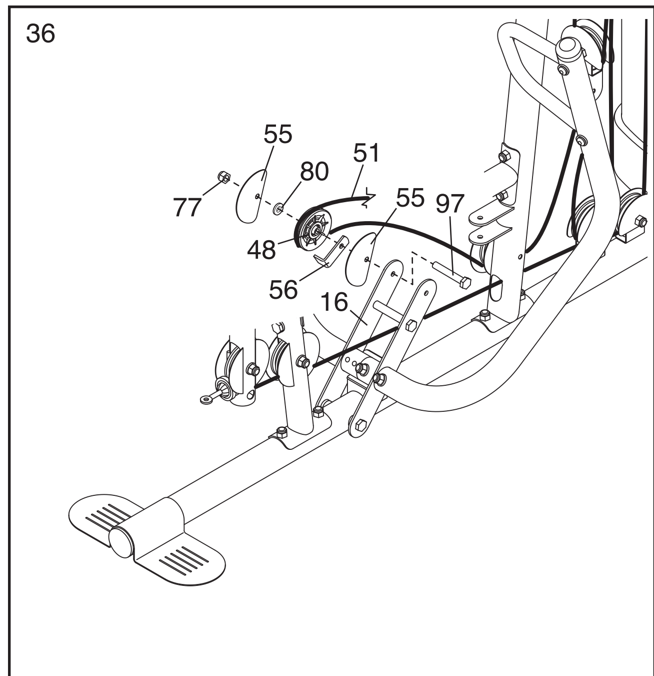
34. Draai de Kabel voor de Beencurl (51) over een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol aan de Dubbele “U” Houder (61) vast met een M10 x 45mm Bout (86), twee Halve Beschermringen (55), en een M10 Nylon Borgmoer (77).



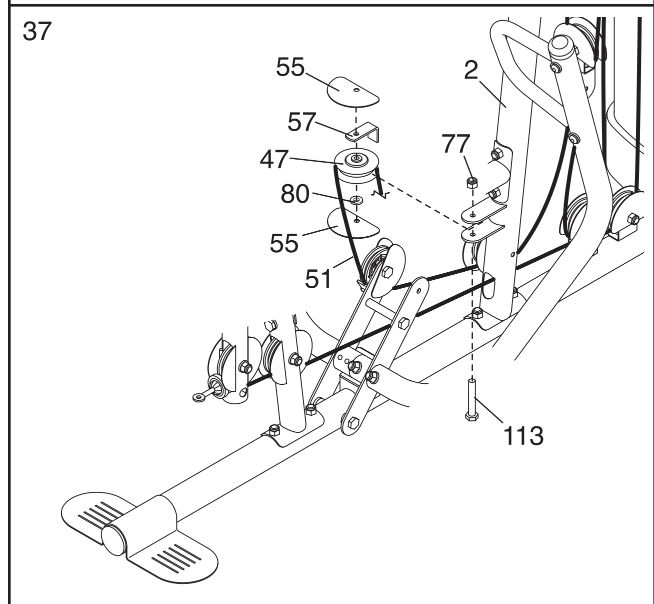
35. Draai de Kabel voor de Beencurl (51) onder een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol vast aan de Staander (2) vast met een M10 x 120mm Bout (115), twee Beschermringen (55), en M10 Tussenstuk (80), en een Kabelklem (56).



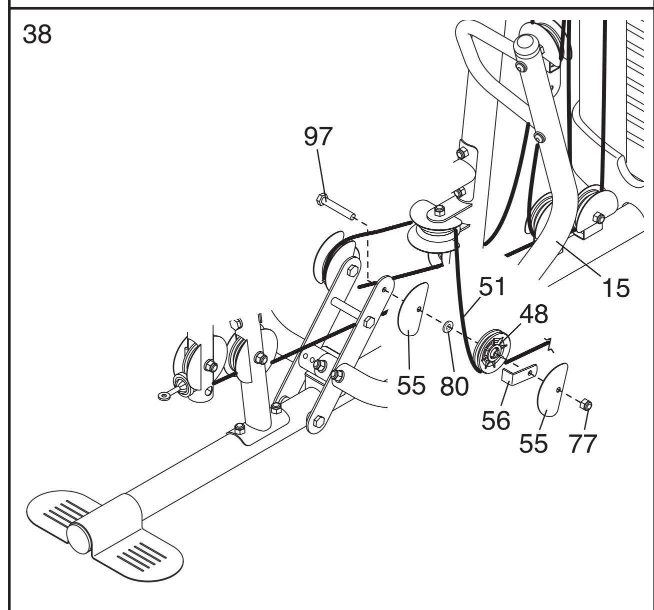
36. Draai de Kabel voor de Beencurl (51) onder een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol vast aan Rechter Drukarm (16) vast met een M10 x 50mm Bout (97), twee Halve Beschermringen (55), een Kabelklem (56), een M10 Tussenstuk (80), en een M10 Nylon Borgmoer (77). **Zorg ervoor dat de Kabelklem en de Halve Beschermringen georiënteerd zijn zoals getoond.**



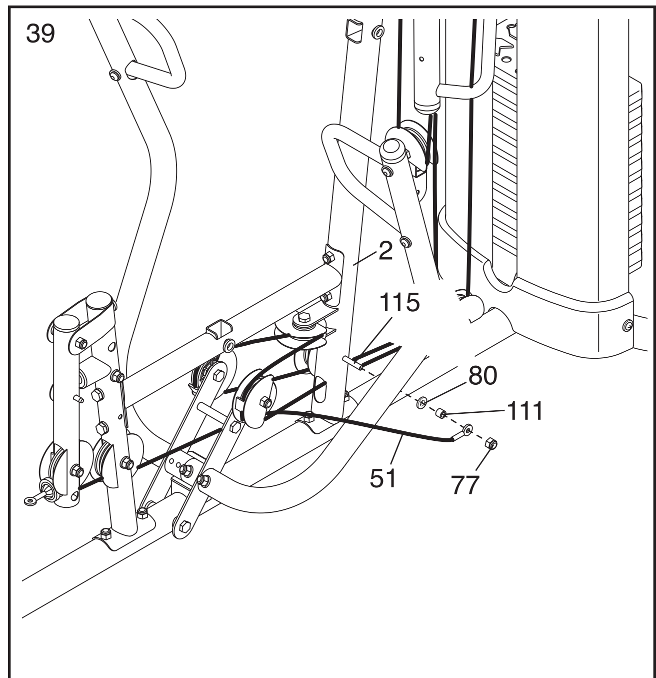
37. Zorg ervoor dat de Kabel voor de Beencurl (51) rond een “V”-katrol (47) draait. Maak de Katrol vast aan de Staander (2) vast met een M10 x 70mm Bout (113), twee Halve Beschermringen (55), een M10 Tussenstuk (80), en Grote Kabelklem (57), en een M10 Nylon Borgmoer (77). **Zorg ervoor dat de Kabelklem en de Halve Beschermringen georiënteerd zijn zoals getoond.**



38. Draai de Kabel voor de Beencurl (51) onder een 90mm Katrol (48). Maak de Katrol vast aan de Linker Drukarm (15) vast met een M10 x 50mm Bout (97), twee Halve Beschermringen (55), een M10 Tussenstuk (80), een Kabelklem (56) en een M10 Nylon Borgmoer (77). **Zorg ervoor dat de Kabelklem en de Halve Beschermringen georiënteerd zijn zoals getoond.**



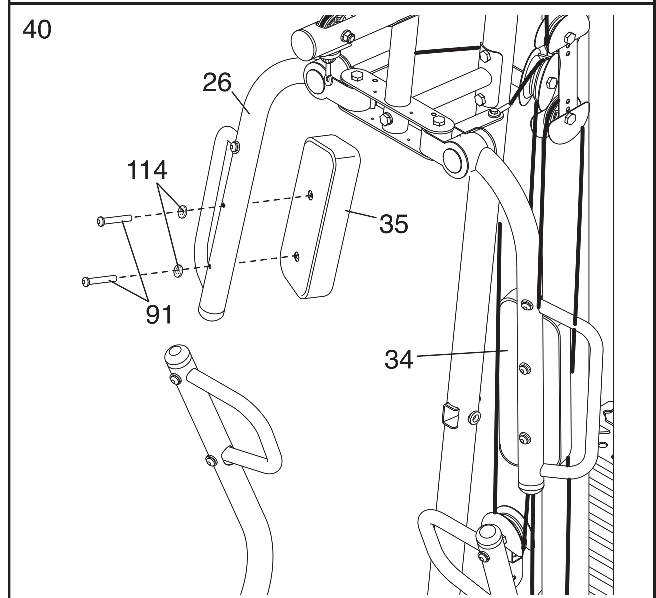
39. Maak de Kabel voor de Beencurl (51) aan de Staander (2) vast met de M10 x 120mm Bout (115), een M10 Tussenstuk (80), een 7mm Tussenstuk (111) en een M10 Nylon Borgmoer (77).



Montage van de Zittingen

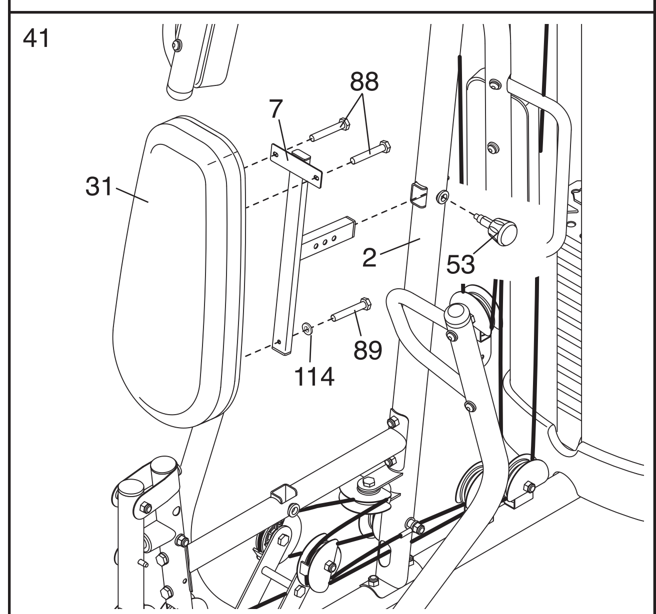
40. Maak het Rechter Kussen voor de Butterfly-oefening (35) aan de Rechter Vleugelarm (26) vast met twee M6 x 60mm Schroeven met Ronde Kop (91) en twee M6 Tussenstukken (114).

Herhaal deze stap voor het Linker Kussen voor de Butterfly-oefening (34).



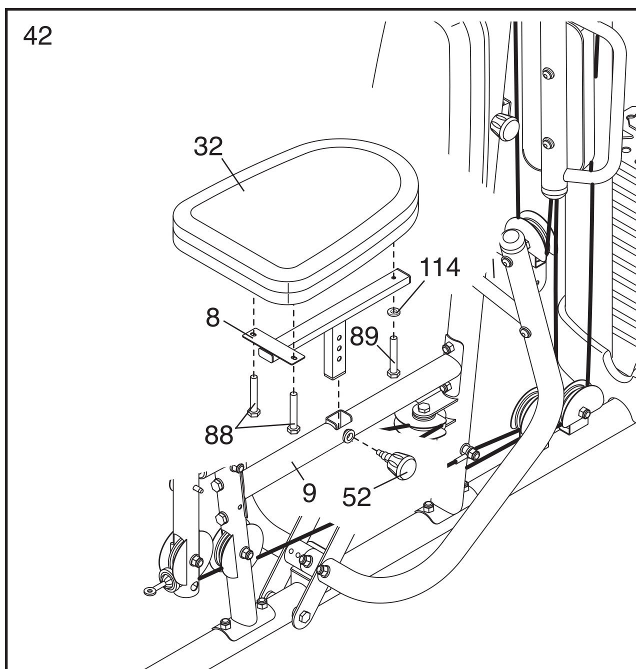
41. Maak de Rugleuning (31) aan het Onderstel van de Rugleuning (7) vast met twee M6 x 16mm Schroeven (88), een M6 x 32mm Schroef (89), en een M6 Tussenstuk (114).

Steek het Onderstel van de Rugleuning (7) in de Staander (2) en draai de Bijstelknop van de Rugleuning (53) in de Staander. **Zorg ervoor dat de Bijstelknop door een van de gaten in het Onderstel van de Rugleuning gaat.**



42. Maak de Zitting (32) aan het Onderstel van de Zitting (8) vast met twee M6 x 16mm Schroeven (88), een M6 x 32mm Schroef (89), en een M6 Tussenstuk (114).

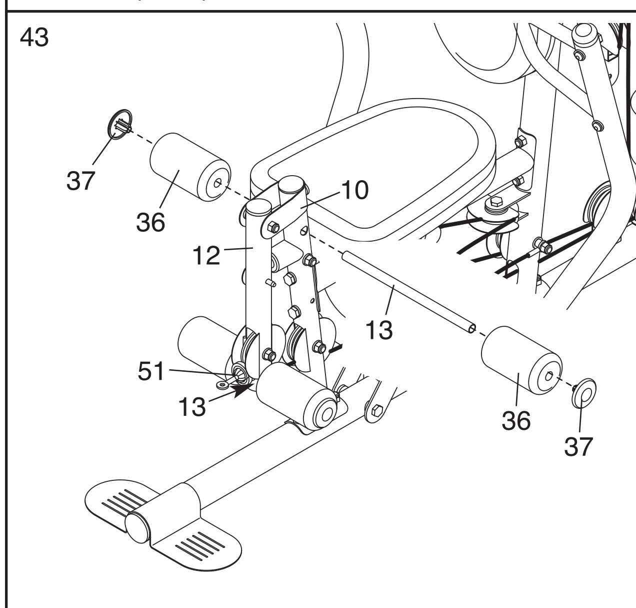
Steek het Onderstel van de Zitting (8) in het Onderstel (9). Draai de Bijstelknop van de Rugleuning (53) in het Onderstel en het Onderstel van de Zitting. **Zorg ervoor dat de Bijstelknop door een van de gaten in het Onderstel van de Zitting gaat.**



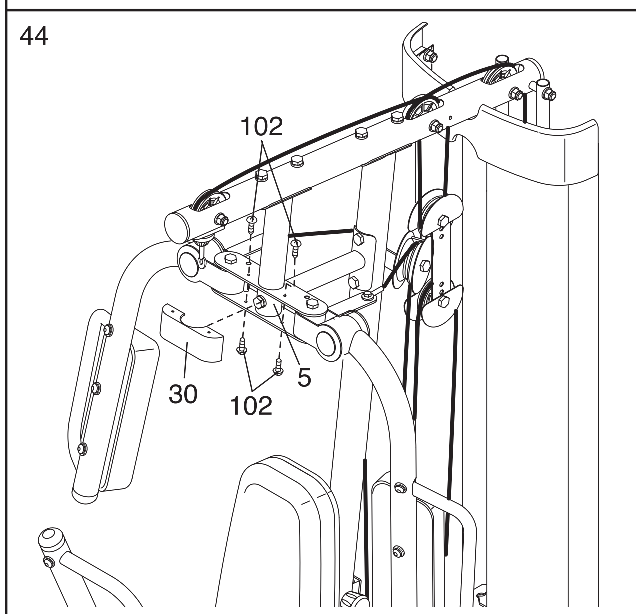
43. Steek een Buis voor het Kussen (13) in het aangegeven gat in de Voorste Poot (10). Schuif een Schuimrubberen Kussentje (36) op beide einden van de Buis.

Druk een Kussenkapje (37) in het Schuimrubber Kussen (36).

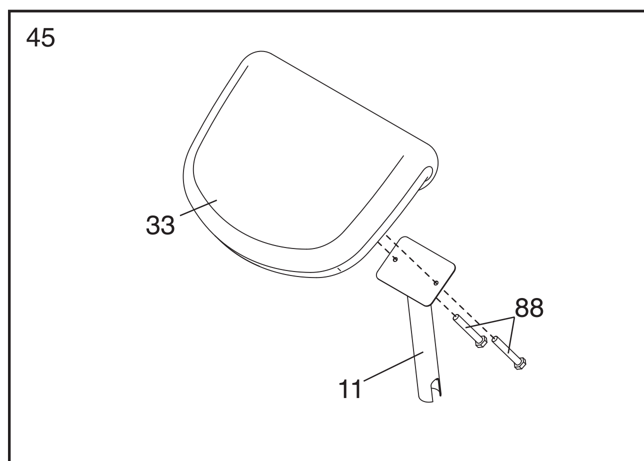
Herhaal deze stap voor de andere Buis voor het Kussen (13) en de Beencurl (12). Opmerking: Til de Kabel voor de Beencurl (51) op als u een Kussenbuis in het gat aan de onderkant van de Beencurl steekt.



44. Maak het deksel van de Butterfly-oefening (30) aan de Houder voor de Butterfly-oefening (5) vast met vier M4 x 12mm Tapschroeven (102).



45. Maak het Kussen voor de Curl (33) op de Buis voor de Curl (11) vast met twee M6 x 16mm Schroeven (88).



46. Zorg ervoor dat alle onderdelen goed vast zijn gedraaid. Het gebruik van de overige onderdelen wordt in BIJSTELLEN op de volgende pagina's uitgelegd.

Trek een paar keer aan de kabels om er zeker van te zijn dat die goed over de katrollen lopen. Als een van de kabels niet goed loopt, vindt en los het probleem op voordat U de weight system gebruikt. **BELANGRIJK: Als de kabels niet goed liggen kunnen deze beschadigd worden wanneer er zware druk op komt. Raadpleeg DE KABELDIAGRAMMEN op pagina 28 voor de goede ligging van de kabels. U moet de kabels strak stellen als er slapheid in de kabels optreedt. Raadpleeg ONDERHOUD op pagina 29.**

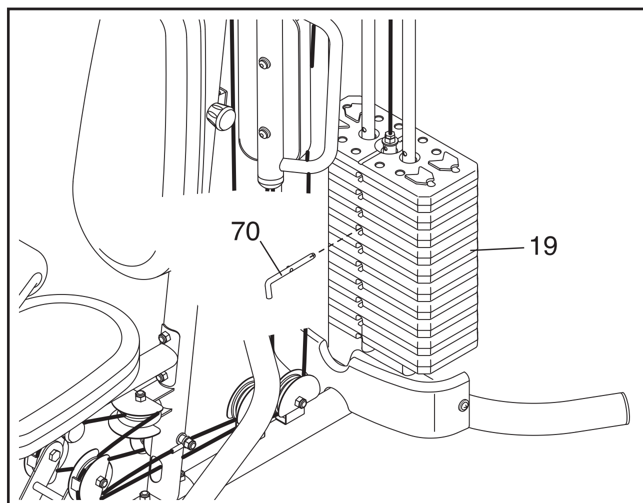
BIJSTELLING

De procedures hieronder leggen uit hoe u het krachtstation kunt bijstellen. Bekijk ook de informatie voor het oefenen die met uw gewichten is meegeleverd.

Zorg er steeds voor dat alle onderdelen goed zijn vastgedraaid wanneer u de krachtstation gebruikt. Vervang versleten onderdelen meteen. U kunt het krachtstation schoonmaken met een zachte doek en een beetje niet agressief schoonmaakmiddel. Gebruik nooit oplosmiddelen.

DE GEWICHTSZETTING VERANDEREN

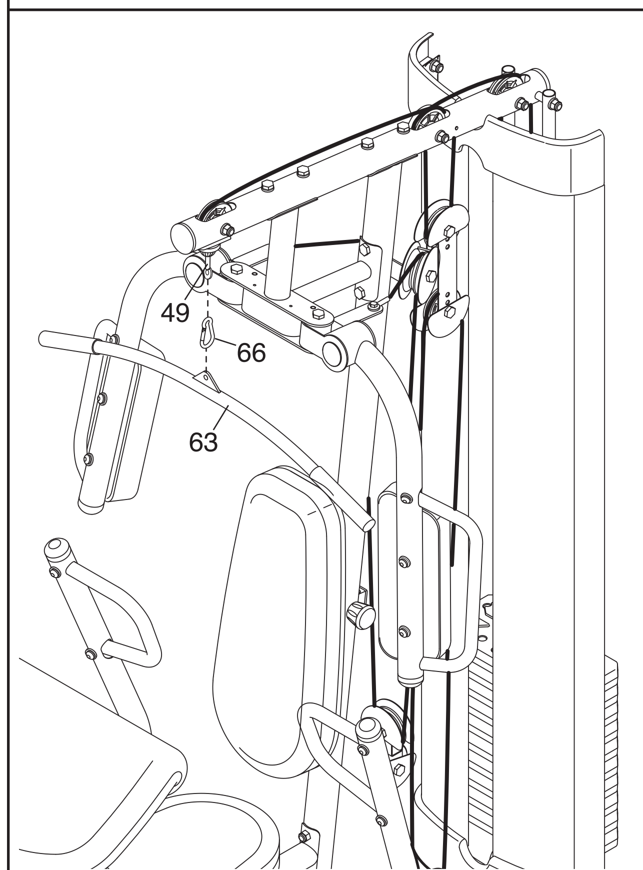
Om de gewichtszetting te veranderen, steek de Gewichtspen (70) onder het gewenste Gewicht (19). Zorg ervoor dat het gebogen gedeelte van de Pen tot aan de gewichtsstapel reikt, en draai het gebogen gedeelte boven. **Opmerking: Het gewichtsysteem werkt beter met minstens twee Gewichten.**



DE ACCESSOIRES VASTMAKEN

Om de Latissimus-stang (63) aan de Latissimuskabel (49) vast te maken, maak een Gewichtsclip (66) aan de Latissimuskabel en de Latissimusstang vast. **Opmerking: Voor bepaalde oefeningen, moet u de Ketting (niet getoond) aan de Gewichtsclip vastmaken en een andere Gewichtsclip aan de Ketting van de Latissimus-stang.**

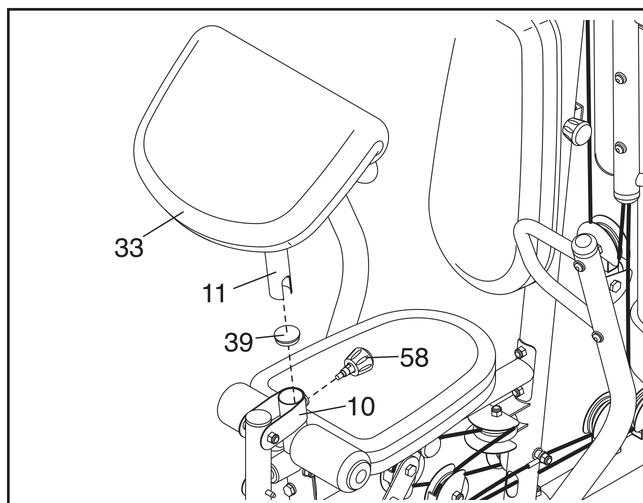
Maak de andere toebehoren op dezelfde manier aan het gewichtsysteem vast.



GEBRUIK VAN HET KUSSEN VOOR DE ARMCURLER

Om het Kussen voor de Curl (33) te gebruiken, verwijder het 50mm Ronde Binnenkapje (39) en steek de Stang voor de Curl (11) in de Voorpoot (10). Zet de Bijstelknop voor de Curl (58) in de Voorpoot. Zorg ervoor dat de Bijstelknop door een gat in de Buis voor de Curl gaat.

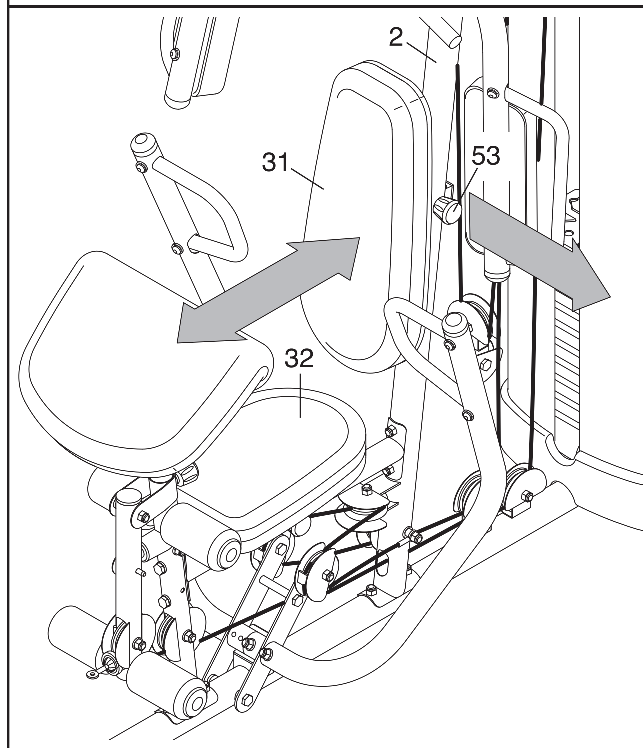
Als u een oefening uitvoert waarvoor u het Kussen voor de Curl niet nodig hebt, verwijder dan het Kussen voor de Curl (33) en steek het 50mm Rond Binnenkapje (39) opnieuw in de Voorpoot (10). **Opmerking: U moet het Kussen voor de Curl verwijderen om de armen voor de drukoefening te gebruiken.**



DE RUGLEUNING BIJSTELLEN

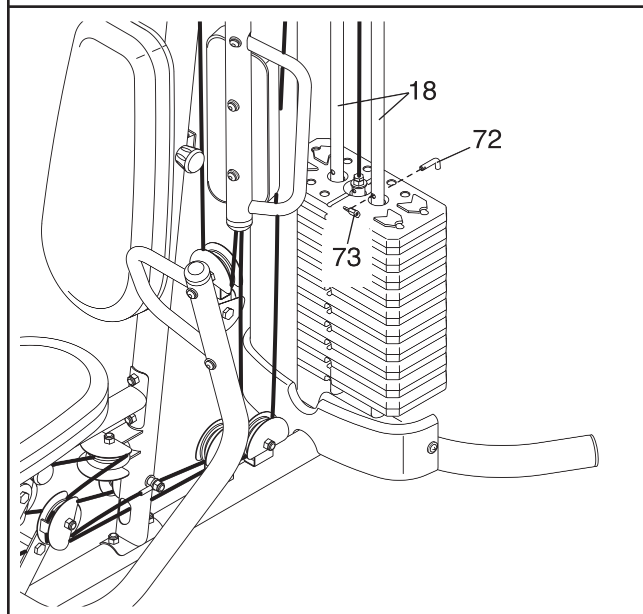
De Rugleuning (31) kan worden bijgesteld voor een correcte positie voor uw oefeningen. Om de Rugleuning bij te stellen, draai de Bijstelknop van de Rugleuning (53) maar verwijder hem niet. Trek aan de Bijstelknop. Beweeg de Rugleuning naar voren of naar achteren in de Staander (2). Steek de Bijstelknop in de Staander en door het Onderstel van de Rugleuning (niet getoond). Draai de Bijstelknop goed vast.

De Zitting (32) kan op dezelfde manier worden bijgesteld.



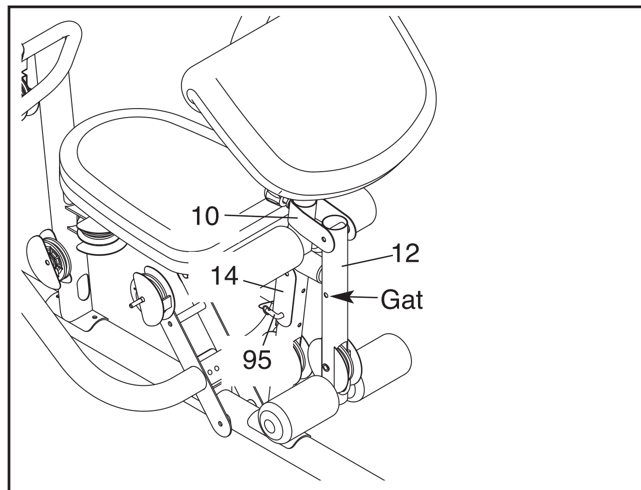
DE GEWICHTSTAPEL VASTZETTEN

Om de gewichtstapel vast te zetten, steek de Slotpen (72) door een van de gaten in de Gewichtgeleiders (18) en zeker de Borgpen met het Slot (73).



BEVEILIGEN VAN DE HEFBOOM VOOR HET BEEN

Om de Beencurl vast te zetten of los te maken, verwijder de Borgplaatpen (95) uit de Borgplaat (14). Zet de Borgplaat in een van de twee posities van de Voorpoot (10) of op de hoogte van het aangegeven gat in de Beencurl (12). Steek de Borgpen opnieuw in de Borgplaat.



GEWICHTSWEERSTANDSTABEL

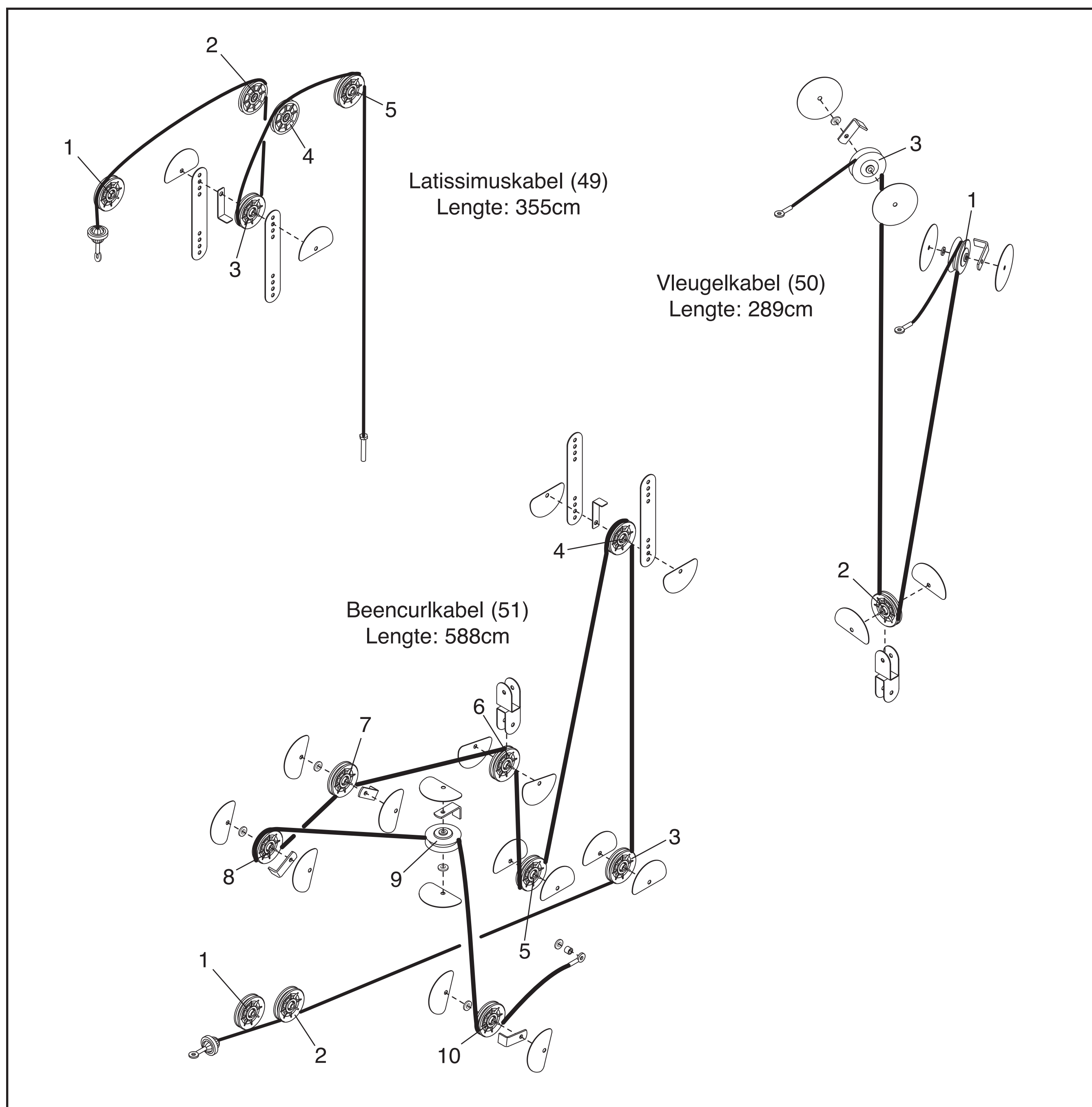
De tabel hieronder geeft de gewichtsweerstand voor elk krachtstation weer. **De weerstand voor de butterfly-armen is weergegeven per butterfly-arm. De weerstand van elke oefening kan wat door de plaat of de vrijving van de kabels, de katrollen en de gewichtsgeleider afhangen. Bij omzetting stemt 1 pond overeen met 0,454 kilogram.**

AANTAL GEWICHTEN	KATROL BOVEN (lbs.)	VLEUGELARM (lbs.)	DRUKARM (lbs.)	HEFBOOM VOOR HET BEEN (lbs.)	KATROL ONDER (lbs.)
1	27	18	48	30	27
2	40	25	61	43	42
3	53	32	74	59	55
4	70	40	93	72	70
5	87	45	111	87	83
6	97	53	121	107	99
7	112	61	136	116	114
8	130	67	155	131	127
9	140	74	170	145	141
10	156	81	185	167	153
11	167	*	201	183	165
12	177	*	216	192	187
13	192	*	231	205	195
14	201	*	246	221	211
15	213	*	251	232	224

*Gebruik nooit meer dan tien gewichten tegelijkertijd met de vleugelarmen.

DIAGRAM VAN DE KABEL

De volgende kabel diagram geeft de juiste ligging van de kabels (49, 50, 51). Gebruik de diagrammen om er zeker van te zijn dat de kabels en kabelklemmen goed zijn gemonteerd. De krachtstation zal niet goed werken en kan beschadiging oplopen wanneer de kabels niet goed liggen. De nummers geven de goede ligging voor iedere kabel. **Zorg ervoor dat de kabelklemmen de kabels niet aanraken of beklemmen.**



ONDERHOND

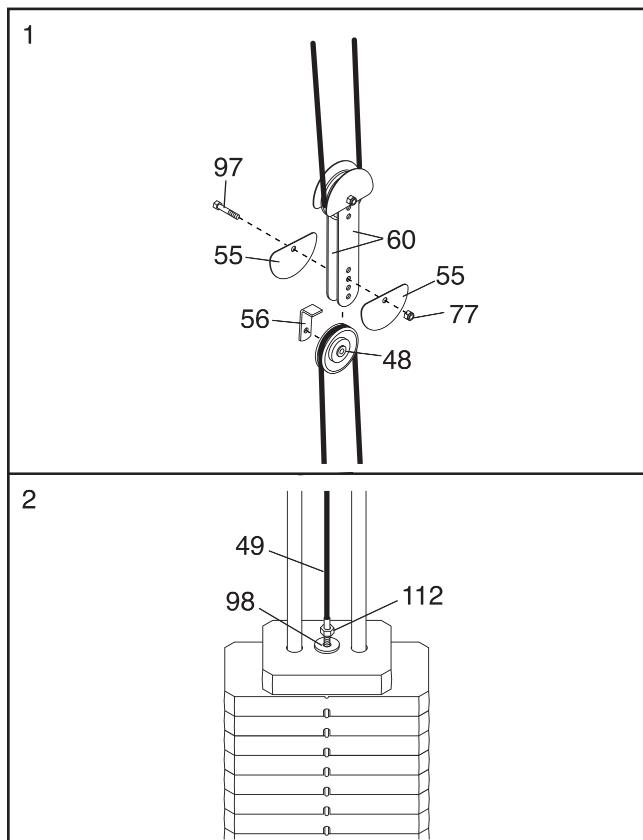
Zorg er steeds voor dat alle onderdelen goed zijn vastgedraaid wanneer u het krachtstation gebruikt. Vervang versleten onderdelen meteen. U kunt het krachtstation schoonmaken met een zachte doek en een beetje niet agressief schoonmaakmiddel. Gebruik nooit oplosmiddelen.

KABELS AANSPANNEN

De gevlochten kabel, het type kabel dat het gewicht systeem gebruikt, kan wat uitstrekken wanneer die voor het eerst wordt gebruikt. U moet de kabels aanspannen wanneer er slapheid in de kabels bestaat. Om de kabels strakker te trekken, moet u eerst de gewichtpennen in het midden van de gewichtstapel steken. Kabels kunnen op verschillende manieren strak getrokken worden:

Verwijder de M10 Nylon Borgmoer (77) en de M10 x 50mm Bout (97) vande Kabelklem (56), de 90mm Katrol (48), de twee Halve Beschermringen (55), en de twee Katrolplaten (60). Maak de Katrol, de Kabelklem, en de Beschermringen opnieuw aan het andere gat van de Katrolplaten. **Zorg ervoor dat de Kabelklem zich in de juiste positie bevindt zodat de Kabel in de groef van de katrol wordt gehouden, dat de Halve Beschermringen georiënteerd zijn zoals getoond, en de Katrol kunnen bewegen.**

Draai de M12 Moer (112) van de Latissimuskabel (49) los. Draai de Hoge verstelkabel in de Gewichtbuis (niet getoond) totdat er geen slapheid in de kabels bestaat. Draai de M12 Moer vast tegen de Grote Tussenstuk (98).



Trek de kabels niet te strak. Als de kabels te strak staan, worden de bovenste gewichten van de gewichtstapels getild. Als een kabel herhaaldelijk van de katrollen glijdt, is de kabel mogelijk gedraaid. Verwijder de kabel en plaats deze opnieuw.

RICHTLIJNEN VOOR HET OEFENEN

DE VIER WORKOUT TYPES

Spieren Ontwikkelen
Om uw spiermassa and -sterkte te vergroten moet u uw spieren maximaal belasten. Uw spieren zullen zich ontwikkelen en aanpassen wanneer u de intensiteit van uw oefening verhoogt. U kunt op twee manieren de intensiteit van uw oefening beïnvloeden:
• door het aantal gebruikte gewichten te veranderen
• door het aantal repetities of sets te wijzigen. (Een "repetitie" is een volledige uitvoering van een oefening zoals een opzitoefening. Een "set" is een aantal repetities).

Het aantal te gebruiken gewichten voor ieder oefening hangt af van de gebruiker. U moet uw limiet kunnen bepalen en dan het juiste aantal gewichten kiezen. Begin iedere oefening die u uitvoert met 3 sets van 8 repetities. Rust na iedere set 3 minuten. Verhoog het aantal gewichten wanneer u zonder moeite 3 sets van 12 repetities kunt uitvoeren.

Spieren spannen
U kunt uw spieren spannen door ze matig te belasten. Kies een beperkt aantal gewichten en verhoog het aantal repetities voor iedere set die u uitvoert. Maak zo veel mogelijk sets van 15 tot 20 repetities zonder problemen af. Rust na iedere set 1 minuut. Belast uw spieren door meer sets uit te voeren in plaats van een groot aantal gewichten te gebruiken.

Afslanken
Om af te slanken moet u een klein aantal gewichten gebruiken en het aantal repetities per set verhogen. Uw oefening moet 20 à 30 minuten duren. Rust maximaal 30 seconden tussen de sets.

Cross Training
Cross training is compleet en evenwichtig fitnessprogramma. Een evenwichtig programma is bijvoorbeeld:
• Iedere maandag, woensdag en vrijdag gewichtstraining.
• Op dinsdag en donderdag 20 à 30 minuten aerobic oefeningen doen zoals fietsen of zwemmen.
• Een volle dag rust per week zonder cross training of aerobic oefeningen zodat uw lichaam kan bijkomen/herstellen.

De combinatie van gewichtstraining met aerobic oefening zal uw lichaam versterken en uw hart- en longfunctie verbeteren.

UW OEFENPROGRAMMA AANPASSEN

Bepaal zelf de tijdsduur voor iedere workout/programma, en ook het te uitvoeren aantal repetities of sets. Het is belangrijk dat u het tijdens de eerste paar maanden niet overdrijft. Volg uw eigen tempo en luister naar uw lichaam. Stop meteen en begin geleidelijk "af te koelen" wanneer u pijn voelt of duizelig wordt. Zorg ervoor dat u er achter komt wat niet goed is voordat u doorgaat. Vergeet niet dat een goede voeding en voldoende rust essentieel zijn voor enig oefenprogramma.

OPWARMEN

Begin iedere oefening met een opwarmfase door 5 à 10 minuten de spieren te strekken en wat lichte oefeningen te doen. Een juiste opwarmoefening verhoogt uw lichaamstemperatuur, uw hartslag en bevordert uw bloedsomloop als voorbereiding op uw oefening.

DE WORKOUT

Iedere workout moet uit 6 tot 10 verschillende oefeningen bestaan. Kies oefeningen voor iedere spiergroep en ontwikkel vooral die spiergroepen die u belangrijk vindt. Verander met iedere workout de oefeningen die u uitvoert om uw programma doeltreffend en plezierig te houden.

Plan uw workout op dat tijdstip van de dag dat u het meest fit bent. Neem na iedere workout minstens een dag rust. Als u een goed schema hebt gevonden houdt u er zich dan aan.

OEFENVORM

Een goede lichaamshouding is een heel belangrijk onderdeel van uw oefenprogramma. Dit vereist dat u iedere oefening goed uitvoert en dat u alleen de juiste delen van uw lichaam beweegt. U zult zich moe voelen wanneer u met de onjuiste vorm oefent. Bekijk in de bijgeleverde handleiding met oefeningen de foto's voor de juiste houding bij de verschillende oefeningen en de lijst met de belaste spieren. Zie de tekening van de spieren op pagina 23 voorzien van hun namen.

De repetities in iedere set moeten vloeiend en zonder stoppen worden uitgevoerd. De inspanningsfase van iedere repetitie moet half zo lang duren als de ontspanningsfase. Adem goed. Adem uit tijdens de inspanningsfase en adem in tijdens de ontspanningsfase. Houdt nooit uw adem in.

Rust eventjes na iedere set. De ideale rust perioden zijn:

- Rust 3 minuten na iedere set wanneer u een oefening uitvoert om uw spieren te ontwikkelen.

- Rust 1 minuut na ieder set wanneer u oefent uw spieren te spannen.
- Rust 30 seconden na iedere set wanneer u een afslank oefening uitvoert.

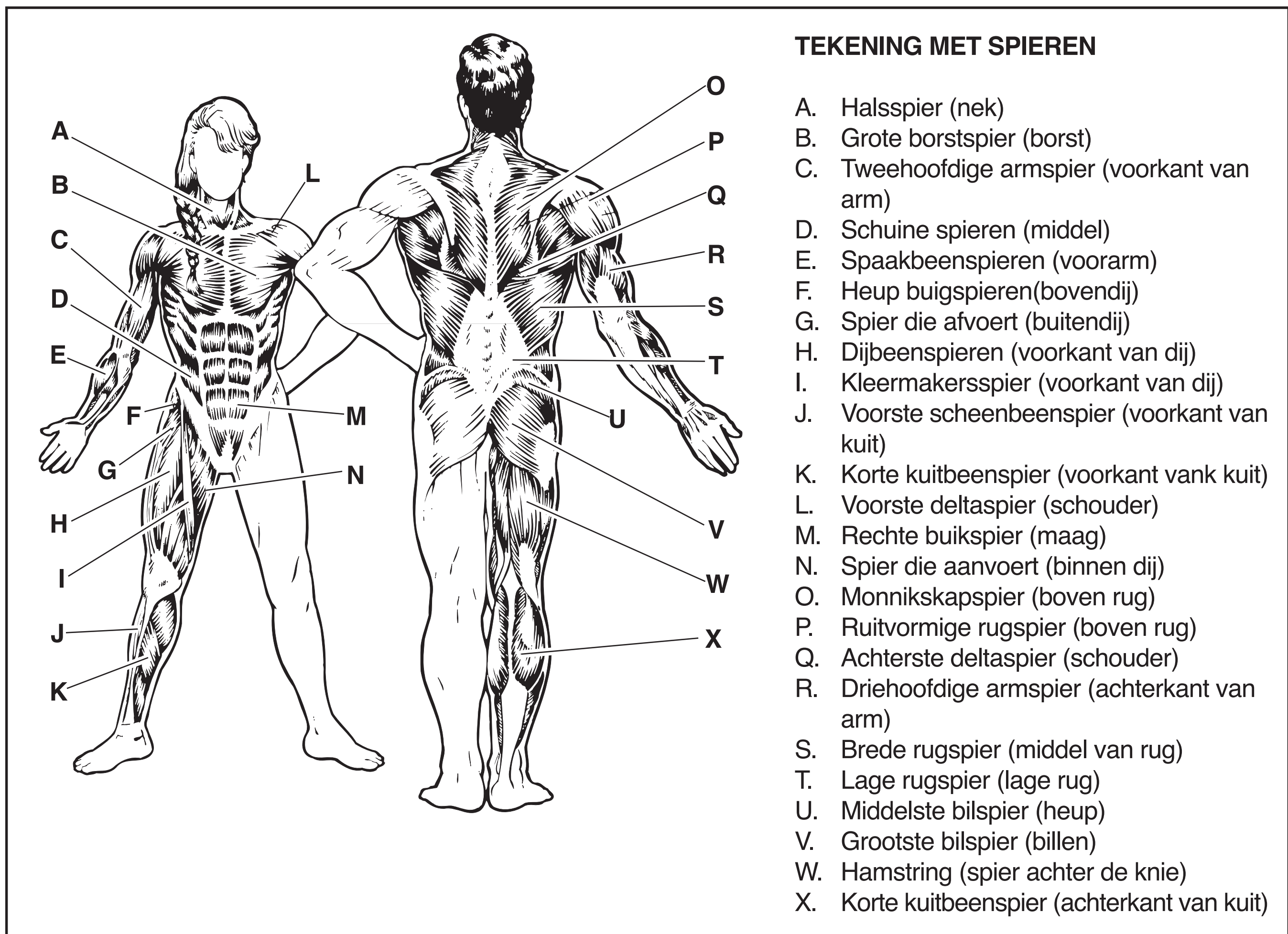
Wen gedurende de eerste paar weken aan het apparaat en leer de juiste oefenhouding aan.

AFKOELING

Beëindig uw oefening weer met 5 à 10 minuten strekoefeningen voor zowel armen als benen. Strek u langzaam en vermijdt krachtige inspanning. Voer iedere strekoefening zorvuldig en zo volledig mogelijk uit zonder dat u het overdoet. U zult u soepelheid better handhaven door na iedere workout strekoefeningen te doen.

MOTIVATIE BIJHOUDEN

Noteer de datum, de uitgevoerde oefeningen, het aantal gebruikte gewichten en het aantal uitgevoerde repetities en sets. Noteer uw gewicht en lichaamsafmetingen aan het eind van iedere maand. Om echt succes te hebben is het belangrijk om plezierig en regelmatig te oefenen.



Maandag
Datum:
___/___/___

OEFENING	GEWICHT	SETS	REPS

Dinsdag
Datum:
___/___/___

AEROBIC OEFENING

Woensdag
Datum:
___/___/___

OEFENING	GEWICHT	SETS	REPS

Donderdag
Datum:
___/___/___

AEROBIC OEFENING

Vrijdag
Datum:
___/___/___

OEFENING	GEWICHT	SETS	REPS

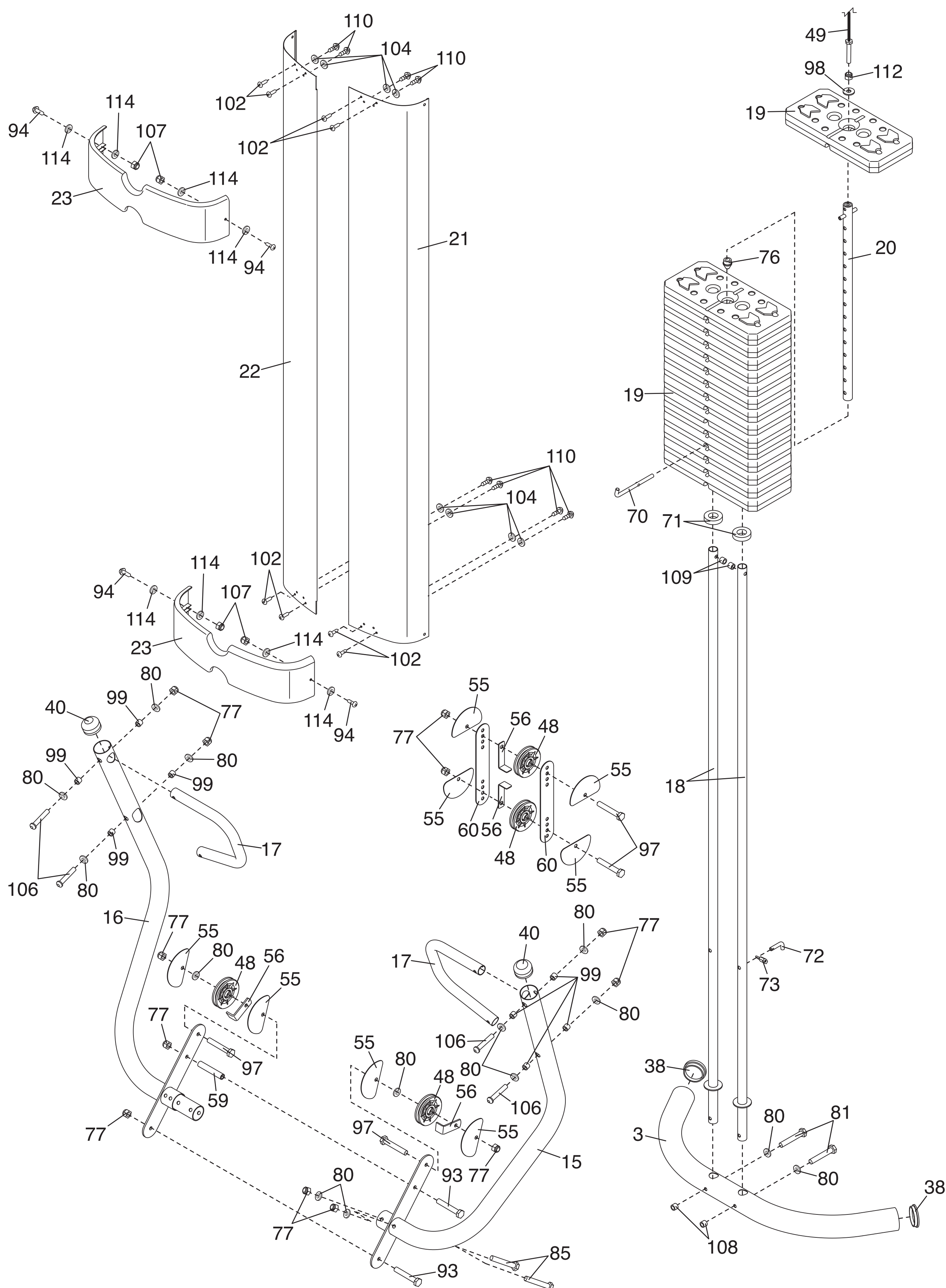
Kopieer deze pagina om uw oefening te plannen en de resultaten te noteren.

LIJST MET ONDERDELEN—Modelnr. WEEVSY2996.0 R0806A

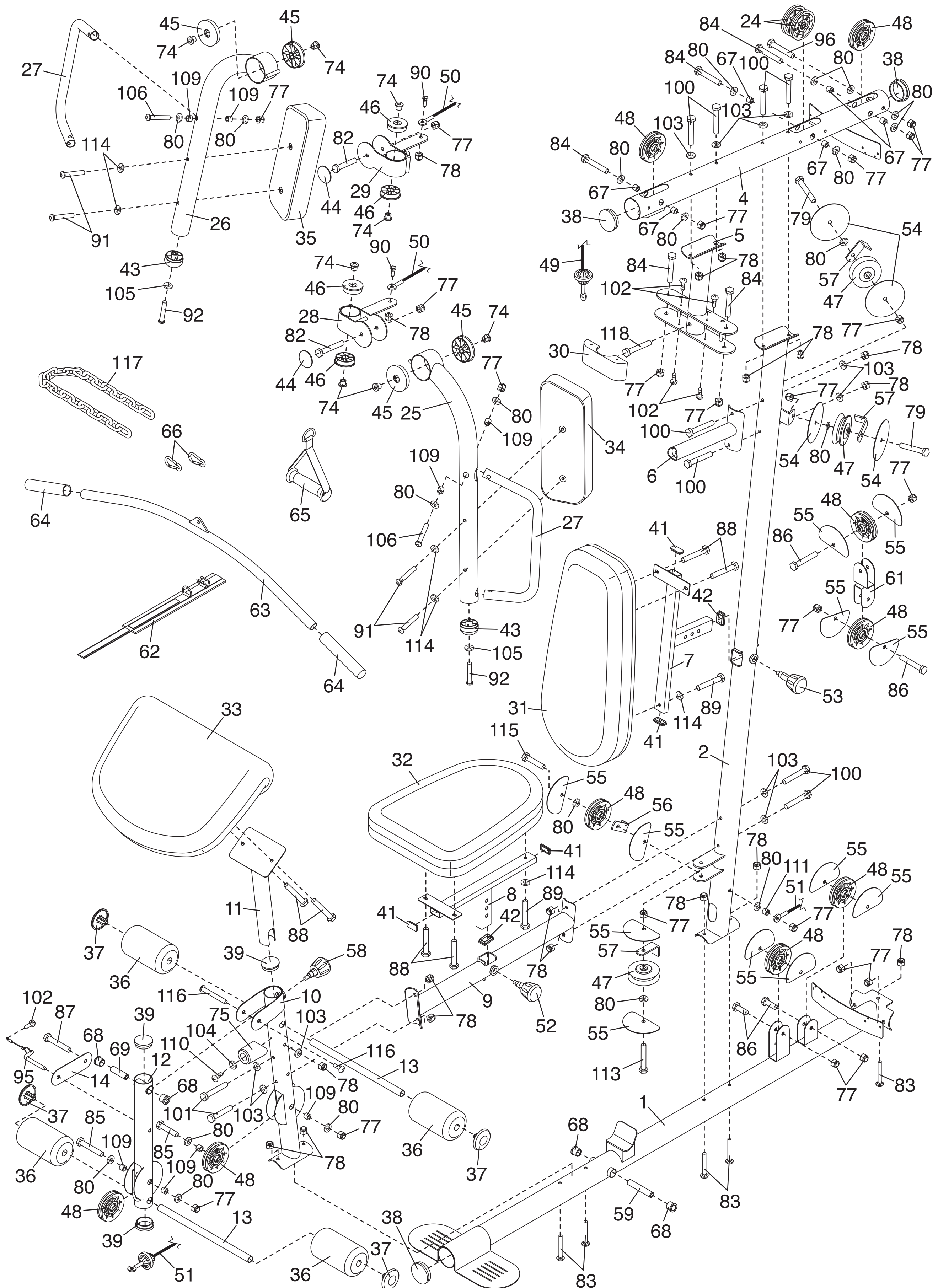
Onderdeel Nr.	Aantal.	Beschrijving
1	1	Basis
2	1	Staander
3	1	Stabilisator
4	1	Bovenste Onderstel
5	1	Onderstel voor de Butterfly-oefening
6	1	Houder van het Onderstel voor de Butterfly-oefening
7	1	Onderstel van de Rugleuning
8	1	Onderstel van de Zitting
9	1	Onderstel
10	1	Voorpoot
11	1	Buis voor de Curl
12	1	Beencurl
13	2	Buis voor het Kussen
14	1	Borgplaat
15	1	Linker Drukarm
16	1	Rechter Drukarm
17	2	Handvat van de Drukarm
18	2	Gewichtgeleiders
19	15	Gewicht
20	1	Gewichtbuis
21	1	Linker Scherm
22	1	Rechter Scherm
23	2	Schermdeksel
24	2	Dunne Katrol
25	1	Linker Vleugelarm
26	1	Rechter Vleugelarm
27	2	Handvat voor de Butterfly-oefening
28	1	Linker Houder voor de Butterfly-oefening
29	1	Rechter Houder voor de Butterfly-oefening
30	1	Deksel voor de Butterfly-oefening
31	1	Rugleuning
32	1	Zitting
33	1	Kussen voor de Curl
34	1	Linker Kussen voor de Butterfly-oefening
35	1	Rechter Kussen voor de Butterfly-oefening
36	4	Schuimrubberen Kussentje
37	4	Kapje van het Kussen
38	5	63,5mm Ronde Binnenkapje
39	3	50mm Ronde Binnenkapje
40	2	Kapje van de Drukarm
41	4	40mm x 20mm Binnenkapje
42	2	40mm x 25mm Binnenkapje
43	2	Kapje van de Vleugelarm
44	2	Boutkapje
45	4	Bus van de Vleugelarm
46	4	Bus van de Houder voor de Butterfly-oefening
47	3	“V”-katrol
48	13	90mm Katrol
49	1	Latissimuskabel
50	1	Vleugelkabel
51	1	Beencurlkabel
52	1	Bijstelknop van de Zitting
53	1	Bijstelknop van de Rugleuning
54	4	Beschermring
55	20	Halve Beschermring
56	5	Kabelklem
57	3	Grote Kabelklem
58	1	Bijstelknop voor de Curl
59	2	90mm Tussenstuk
60	2	Katrolplate
61	1	Dubbele “U”-beugel
62	1	Enkelriem
63	1	Latissimus-stang
64	2	Handvat
65	1	Hendel
66	2	Gewichtsclip
67	6	19mm Tussenstuk
68	4	25mm Huls
69	1	56,5mm Tussenstuk
70	1	Gewichtpen
71	2	Gewichtbumpers
72	1	Slotpen
73	1	Slot
74	8	16mm Huls
75	1	Pootbumper
76	1	Gewichtbuiskapje
77	34	M10 Nylon Borgmoer
78	18	M8 Nylon Borgmoer
79	2	M10 x 60mm Bout
80	35	M10 Tussenstuk
81	2	M10 x 85mm Bout
82	2	M10 x 75mm Bout
83	5	M8 x 75mm Slotschroef
84	5	M10 x 80mm Bout
85	4	M10 x 65mm Bout
86	4	M10 x 45mm Bout
87	1	M8 x 69mm Schouderbout
88	6	M6 x 16mm Schroef
89	2	M6 x 32mm Schroef
90	2	M8 x 22mm Schouderbout
91	4	M6 x 60mm Schroef met Ronde Kop
92	2	M10 x 82mm Bout met Ronde Kop
93	2	M10 x 110mm Bout
94	4	M6 x 28mm Bout
95	1	Borgplaatpen
96	1	M10 x 155mm Bout
97	4	M10 x 50mm Bout
98	1	M12 Grote Tussenstuk
99	8	11mm Tussenstuk
100	8	M8 x 80mm Bout
101	2	M8 x 65mm Bout
102	13	M4 x 12mm Tapschroef
103	11	M8 Tussenstuk
104	9	M4 Tussenstuk
105	2	M10 Grote Tussenstuk
106	6	M10 x 65mm Bout met Ronde Kop
107	4	M6 Nylon Borgmoer
108	2	21mm Stalen Tussenstuk
109	10	13mm Stalen Tussenstuk
110	9	M4 x 16mm Tapschroef
111	1	7mm Tussenstuk
112	1	M12 Moer
113	1	M10 x 70mm Bout
114	14	M6 Tussenstuk
115	1	M10 x 120mm Bout
116	1	M10 x 61mm Boutset
117	1	Ketting
118	1	M10 x 75mm Schroef met Ronde Kop
#	1	Gebruiksaanwijzing
#	1	Gids met Oefeningen
#	4	Zeshoekige Sleutel
#	2	Smeervet

Opgelet: # betekent onderdeel niet getoond. Specificaties kunnen zonder opgave van redenen gewijzigd worden. Kijk op de achterkant van deze gebruiksaanwijzing voor informatie over te bestellen onderdelen.

GEDETAILLEERDE TEKENING—Modelnr. WEEVSY2996.0 R0806A



GEDETAILLEERDE TEKENING—Modelnr. WEEVSY2996.0 R0806A



HET BESTELLEN VAN ONDERDELEN

Om vervang onderdelen voor uw loopband te bestellen, neem dan a.u.b. contact op met de winkel waar u dit apparaat hebt gekocht.

Zorg ervoor dat u de volgende informatie bij de hand hebt:

- Het MODELNUMMER van het produkt (WEEVSY2996.0)
- De NAAM van het produkt (WEIDER PRO 5500 krachtstation)
- Het SERIENUMMER van het produkt (zie de eerste pagina van deze handleiding).
- Het ONDERDEELNUMMER en BESCHRIJVING van het onderdeel (zie de GEDETAILLEERDE TEKENING en de ONDERDELEN LIJST die zich in deze handleiding bevinden)

Onderdeel Nr. 242959 R0806A